

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ермакова Виктория Павловна

Должность: Директор школы авангардного гостеприимства и инноваций (ШАГИ Сочи), проректор

Дата подписания: 03.06.2026 17:33:44

Уникальный программный ключ:

e54076e55b73117661ddd57c83d3b08d1fdef5de

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сочинский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Декан СПФ Иванов И.А.

« 30 »



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Единоборства и методика преподавания

Шифр и направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Профиль подготовки бакалавра Спортивная тренировка

Форма обучения заочная

Выпускающая кафедра Физической культуры и спорта

Кафедра-разработчик рабочей программы Физической культуры и спорта

Курс	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	КРЗ	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
ЗФО								
5	108/3	6	6	-	92	-	+	Зачет (4)
Итого:	108/3	6	6	-	92	-	+	Зачет (4)

Сочи 2019 г.

Рабочая программа по дисциплине «Единоборства и методика преподавания» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 19.09.2017 г. № 940

Рабочую программу составила: Лактионова Э.Г., к.п.н., доцент 

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА
на заседании кафедры _____

Протокол № 1 от «29» 08 2019 г.

Заведующий кафедрой _____

Г.М. Коновалова

Руководитель ОПОП _____

И.Н. Овсянникова

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления _____

(указывается наименование совета направления)

Протокол № 1 от «29» 08 2019 г.

Председатель УМСН _____

И.А. Иванов

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям

Отдел качества образования и
методического обеспечения



В.В. Васильченко

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020/2021 учебный год, протокол № 7 заседания кафедры от «17» марта 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

5.3 Особенности преподавания дисциплины

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020-2021 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «30» июня 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Без внесения изменений.

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «06» 07 2020 г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Дополнений и изменений нет

Заведующий кафедрой

Ю. Вр - Вячеславская Л.А.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2022-2023 учебный год, протокол №1 заседания кафедры от «29» августа 2022 года. Дополнения и изменения внесены: Компетенцию ПКУВ-2 считать компетенцией ПК-2;

зав. кафедрой  Полякова А.В.

Рабочая программа переутверждена на 2023 -2024 учебный год, протокол № 6 заседания кафедры от «28» февраля 2023 года.

Дополнений и изменений нет.

зав. кафедрой  Полякова А.В.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2024 / 2025 учебный год.
В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Дополнений и изменений нет.

Заведующий кафедрой 04.03.2024 г.  А.В. Полякова

Рабочая программа переутверждена на 2025 / 2026 учебный год, протокол № 9
заседания кафедры от «13» мая 2025 г.

Дополнений и изменений нет.

Заведующий кафедрой ФКиС  А.В. Полякова

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО	5
3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4.1 Тематический план дисциплины	8
4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	13
4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	14
5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	15
5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины	15
5.2 Организация самостоятельной работы студента (СРС) по дисциплине	16
5.3 Образовательные технологии	17
5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	17
5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины	18
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью дисциплины «Единоборства и методика преподавания» является овладение теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, необходимыми для формирования у студентов осознанного отношения к спортивным единоборствам, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Сформировать и расширить знания учащихся в области теории и методики спортивных единоборств.
2. Обучить основам техники спортивных единоборств, принципам и приемам самоконтроля и принципам построения тренировки.
3. Обучить методике техники и тактики единоборств, а также правилам техники безопасности.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Единоборства и методика преподавания» является дисциплиной обязательной части блока Б1.

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины
Общепрофессиональные компетенции			
Обучение и развитие	ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Водные виды рекреации; Подвижные игры и методика преподавания; Туризм и методика преподавания; Теория и методика спорта; Ознакомительная практика.	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции
Обучение и развитие	ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Теория и методика физической культуры; Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Водные виды рекреации; Туризм и методика преподавания; Атлетическая гимнастика и методика преподавания; Ознакомительная практика.	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Водные виды	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции

		рекреации; Подвижные игры и методика преподавания; Туризм и методика преподавания; Атлетическая гимнастика и методика преподавания; Плавание и методика преподавания; Ознакомительная практика.	тенции
--	--	---	--------

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Общепрофессиональные компетенции			
Обучение и развитие	ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1 Владеем понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта.	<i>Знать:</i> понятийный и категориальный аппарат теории и методике физической культуры и спорта (З-ОПК-3.1) <i>Уметь:</i> использовать понятийный и категориальный аппарат в практической деятельности (У-ОПК-3.1) <i>Владеть:</i> понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта (Н-ОПК-3.1)
		ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	<i>Знать:</i> средства и методы тренировки в базовых видах спорта (З-ОПК-3.2) <i>Уметь:</i> выбирать средства и методы тренировки с учетом специфики базовых видов спорта (У-ОПК-3.2) <i>Владеть:</i> приемами использования средств и методов тренировки (Н-ОПК-3.2)
		ОПК-3.3 Применяет педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.	<i>Знать:</i> педагогические технологии двигательного и когнитивного обучения (З-ОПК-3.3) <i>Уметь:</i> применять педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке (У-ОПК-3.3) <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями двигательного и когнитивного обучения в базовых видах спорта (Н-ОПК-3.3)
Обучение и развитие	ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности	ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности	<i>Знать:</i> принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности (З-ОПК-4.1) <i>Уметь:</i> применять принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности (У-ОПК-4.1) <i>Владеть:</i> принципами, методами и средствами проведения тренировочных занятий различной направленности (Н-ОПК-4.1)

	ленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ностей различной направленности.	тоды и средства проведения тренировочных занятий различной направленности (У-ОПК-4.1) <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями проведения занятий различной направленности (Н-ОПК-4.1)
		ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки.	<i>Знать:</i> основные виды спортивной подготовки (З-ОПК-4.2) <i>Уметь:</i> выбирать основные виды спортивной тренировки, в зависимости от этапов подготовки (У-ОПК-4.2) <i>Владеть:</i> способами практическими навыками проведения тренировочных занятий (Н-ОПК-4.2)
		ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта.	<i>Знать:</i> основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта (З-ОПК-4.3) <i>Уметь:</i> планировать и организовывать проведения соревнований в избранном виде спорта (У-ОПК-4.3) <i>Владеть:</i> технологиями планирования и организацией проведения соревнований в избранном виде спорта (Н-ОПК-4.3)
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня.	<i>Знать:</i> основы планирования и организации соревнований различного уровня (З-ОПК-13.1) <i>Уметь:</i> планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня (У-ОПК-13.1) <i>Владеть:</i> технологиями планирования и организацией проведения соревнований различного уровня (Н-ОПК-13.1)
		ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта.	<i>Знать:</i> правила соревнований по избранному виду спорта (З-ОПК-13.2) <i>Уметь:</i> осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта (У-ОПК-13.2) <i>Владеть:</i> навыками организации проведения соревнований по избранному виду спорта (Н-ОПК-13.2)
		ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство	<i>Знать:</i> особенности организации судейства и проведения соревнований различного ранга по избра-

		по избранному виду спорта соревнований различного ранга.	ному виду спорта (З-ОПК-13.3) <i>Уметь:</i> осуществлять организацию и судейство соревнований различного ранга по избранному виду спорта (У-ОПК-13.3) <i>Владеть:</i> навыками организации проведения соревнований различного ранга по избранному виду спорта (Н-ОПК-13.3)
--	--	--	--

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов)

Таблица 3

№, темы	Наименование раздел дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы					Контроль
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторны е работы	СРС	
5 курс							
1	История и особенности видов единоборств	6	2	-	-	4	-
2	Основы техники единоборств	20	2	2	-	16	-
3	Методика обучения техники и тактики единоборств	22	-	2	-	20	-
4	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	18	-	2	-	16	-
5	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	18	2	-	-	16	-
	Контрольная работа	20	-	-	-	20	-
	Зачет	4	-	-	-	-	4
ВСЕГО:		108	6	6	-	92	4

4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
5 курс					
1	История и особенности видов единоборств	2	История развития видов спортивных единоборств. Единоборства в системе физического воспитания. Особенности видов спортивных единоборств.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

2	Основы техники единоборств	2	Виды стоек, передвижений, приёмов единоборств (захваты, удары, броски).	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
3	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	2	Правила соревнований по видам единоборств. Методика судейства. Организация соревнований, документы для проведения соревнований.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		6			

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование модуля, раздела дисциплины	Объём, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
<i>5 курс</i>					
1	Основы техники единоборств	2	Стойки, передвижения, приёмы единоборств (захваты, удары, броски).	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
2	Методика обучения техники и тактики единоборств	2	Изучение последовательности атакующих и защитных приёмов. Изучения тактических действий в нападении и защите.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
3	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	2	Применения приемов страховки и само страховки при выполнении физических упражнений.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		6			

	падения			(З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	
Итого:		6			*

4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Вид СРС	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
<i>5 курс</i>					
1	История и особенности видов единоборств	4	Тема 1: история возникновения единоборств. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
2	Основы техники единоборств	4	Тема 2: стойки и передвижения. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
3	Основы техники единоборств	4	Тема 3: приёмы единоборств (удары руками). Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
4	Основы техники единоборств	4	Тема 4: приёмы единоборств (освобождение от захватов). Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
5	Основы техники единоборств	4	Тема 5: приёмы единоборств (броски). Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

6	Методика обучения техники единоборств	4	Тема 6: развитие специальных физических способностей для освоения техники единоборств. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
7	Методика обучения техники единоборств	4	Тема 7: изучение техники единоборств. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
8	Методика обучения техники единоборств	4	Тема 8: формирование умений и навыков для овладения техникой единоборств. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
9	Методика обучения и тактики единоборств	4	Тема 9: формирование тактических умений в процессе освоения подготовительных, упражнений, технических приемов. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
10	Методика обучения и тактики единоборств	4	Тема 10: последовательность изучения тактических действий в нападении и защите. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
11	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	4	Тема 11: применения приемов страховки и само страховки при падениях. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

12	Приемы страховки и самостраховки, техника безопасного падения	4	Тема 12: применения приемов страховки и самостраховки при выполнении ударной техники. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	* [1 - 5]
13	Приемы страховки и самостраховки, техника безопасного падения	4	Тема 13: применения приемов страховки и самостраховки при бросковой техники. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
14	Приемы страховки и самостраховки, техника безопасного падения	4	Тема 14: применения приемов страховки и самостраховки при проведении спортивного поединка. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
15	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	4	Тема 15: структура соревнований по видам единоборств: в возрастном аспекте и по уровню квалификации. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
16	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	4	Тема 16: планирование соревнований. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	* [1 - 5]
17	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	4	Тема 17: система розыгрыша, учет результатов. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

18	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	4	Тема 18: документы для проведения соревнований. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5] *
19	Контрольная работа	20	Выполнение контрольной работы	(З-ОПК-3.1,3.2,3.3) (У-ОПК-3.1,3.2,3.3) (Н-ОПК-3.1,3.2,3.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		92			*

4.1.4 Интерактивные формы занятий ОФО

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

4.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1. Литература:

1. Барташ В.А. Основы спортивной тренировки в рукопашном бое [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барташ В.А.— Электрон. текстовые данные.— Минск: Вышэйшая школа, 2014.— 480 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35520.html>.— ЭБС «IPRbooks»

2. Гарник В.С. Боевые искусства и единоборства в психофизической подготовке студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Гарник В.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 176 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16398.html>.— ЭБС «IPRbooks»

3. Гарник В.С. Самбо [Электронный ресурс]: методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий. Учебное пособие/ Гарник В.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012.— 191 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20028.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4. Клещев В.Н. Кикбоксинг [Электронный ресурс]: учебник для вузов/ Клещев В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Академический Проект, 2015.— 290 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36867.html>.— ЭБС «IPRbooks»

5. Щетинин Н.В. Борьба греко-римская. Вариативная часть физической культуры [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей/ Щетинин Н.В., Лукин А.А.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 49 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72909.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4.2.2. Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

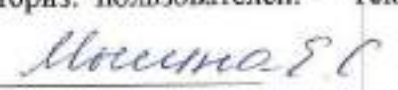
Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

1. Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. – Сочи, [2017-]. – URL: <http://lib.sutr.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.

2. ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
3. SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG, Part of Springer Nature. – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
4. IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». – Саратов, [2010-]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
5. Znanium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znanium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». – Москва, [2011-]. – URL: <http://znanium.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. – Москва, [2004-]. – Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL: <https://polpred.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
8. КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.
9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеес». – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.
10. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Москва, [2000-]. – URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

Зав.библиотекой


подпись


ФИО

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Текущая аттестация по дисциплине осуществляется в форме написания контрольной работы. Форма промежуточной аттестации – зачет.

Содержание текущей аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств (контролирующих материалов), предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС ВО.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- тематику контрольных работ;
- вопросы к зачету.

Вопросы для подготовки к зачету:

1. История развития единоборств.
2. Термины в восточных единоборствах.
3. Определение понятий «техника», «приём», «защита».
4. Общая характеристика техники и ее значение для становления мастерства спортсмена.
5. Техника как идеальная модель соревновательных действий.
6. Удельный вес технической подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.
7. Технический арсенал и закономерности его формирования.

8. Понятие о рациональной технике как основе предупреждения травматизма в единоборствах.
9. Страховка и самостраховка. Характеристика специальных упражнений для овладения страховкой и самостраховкой.
10. Изучение основных элементов техники: стойки, передвижения, захваты, удары, броски.
11. Методы и средства обучения приёмам.
12. Основные принципы обучения технике единоборств.
13. Методика обучения технике ударов руками, ногами, стойкам, передвижениям, захватам, броскам, удержанию и защитным действиям.
14. Основные понятия: «стратегия», «тактика». Значение тактики, её взаимосвязь с техникой.
15. Разделы тактики: тактика проведения приёмов, тактика ведения поединка, тактика участия в соревнованиях.
16. Элементы тактики: цель, разведка, оценка ситуации, планирование основных и дополнительных (запасных) курсов действий, реализация замыслов.
17. Виды тактики: атакующая, контратакующая, оборонительная, тактика подавления, маневрирования, маскировка.
18. Тактика поединка и её разновидности. Составление тактического плана поединка. Особенности тактики ведения поединка в турнирах, матчевых, отборочных и классификационных соревнованиях.
19. Цель и задачи тактической подготовки в единоборствах.
20. Управление процессом тактической подготовки.
21. Средства и методы контроля тактической подготовленности.
22. Методы совершенствования тактической подготовленности единоборцев.
23. Тактическое мышление.
24. Применения приемов страховки и самостраховки при падениях.
25. Применения приемов страховки и самостраховки при выполнении ударной техники.
26. Применения приемов страховки и самостраховки при бросковой техники.
27. Применения приемов страховки и самостраховки при проведении спортивного поединка.
28. Структура соревнований по видам единоборств: в возрастном аспекте и по уровню квалификации.
29. Планирование соревнований.
30. Документы для проведения соревнований. Система розыгрыша, учет результатов.

5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины

Преподавание и изучение учебной дисциплины «Единоборства и методика преподавания» осуществляется в виде лекционных и практических занятий, самостоятельной работы студента. Комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих обучающемуся оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины составляют:

1. Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.
2. Рекомендации по изучению учебно-методических материалов.
3. Разъяснения по поводу выполнения домашних заданий, написания контрольной работы.
4. Рекомендации по подготовке к зачёту.

Методические рекомендации по подготовке написания контрольной работы.

В ходе выполнения контрольной работы бакалавры должны при помощи рекомендуемой литературы изучить теоретические основы выбранной темы, представить современный материал.

Домашняя работа над рекомендованными изданиями и выполнение контрольной работы должны привить студентам навыки работы со специальной литературой, научить аргументированному изложению своих знаний и убеждений в письменной форме. Изучение рекомендуемых источников должно сопровождаться составлением краткого конспекта, самоконтролем полученных знаний путем ответов на поставленные вопросы.

Контрольную работу студент должен выполнить в соответствии с требованиями к оформлению контрольных работ.

В начале семестра студенты выбирают тему, в течение семестра консультируются с преподавателем по возникающим у них вопросам, за 2 недели до окончания семестра сдают оформленную контрольную работу на проверку преподавателю.

Задачи, решаемые студентом при выполнении контрольной работы:

- активизация полученных теоретических знаний;
- творческое отношение к изучаемой теме;
- приобретение опыта самостоятельной работы над литературой;
- получение практических навыков самостоятельного исследования конкретной проблемы.

Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету.

При подготовке к зачету необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Единоборства и методика преподавания». К зачету студент должен выполнить контрольную работу в соответствии с требованиями к оформлению контрольных работ.

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование знаний, умений и навыков, познавательной деятельности и обеспечивает интерес к практическим занятиям.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, плана работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы для ознакомления и написания контрольной работы;
- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине, оценка выполненной контрольной работы.

Мерами по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы являются:

- комплект индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем контрольных работ для студентов специальной учебной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, дневник самоконтроля со списком рекомендуемой литературы, образцов дневника самоконтроля о выполнении СРС и т.п.;
- обеспечение учебно-методической и справочной литературой всех видов самостоятельной работы.

Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, на защите контрольной работы (для студентов специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья), дневник самоконтроля, зачете.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины «Единоборства и методика преподавания» используются следующие образовательные технологии обучения, которые классифицируются по видам учебной работы: лекционные занятия, практические занятия, самостоятельная работа.

Лекция – это учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Для максимального усвоения дисциплины предлагается изложение лекционного материала с элементами обсуждения, а также с использованием графического сопровождения лекций (презентации на мультимедийном проекторе).

Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения (вычислений, расчетов, использования таблиц, справочников и т.д.). Практические занятия проводятся в виде: тренингов, бесед, дискуссий.

Самостоятельная работа студентов – вид деятельности, при котором в условиях систематического уменьшения прямого контакта с преподавателем студентами выполняются учебные задания.

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические, лабораторные и т.д.) при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий. Преподавание дисциплины осуществляется с акцентом на индивидуальный подход к обучаемым.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, в том числе: Skype, Zoom, Big Blue Button, Moodle, WhatsApp.

5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины

При обучении дисциплине «Единоборства и методика преподавания» необходимо следующее материально-техническое обеспечение: Ноутбук,

1. Пакеты ПО общего назначения (текстовые редакторы, графические редакторы): OS Microsoft Windows – Лицензионные договора Лагуна сервис Windows 10 (Договор №08/16д от 13.01.2015 г.); Лагуна сервис Windows 10 (Договор №06/16гпд от 13.01.2015 г.); Microsoft Office – Бессрочная лицензия (договора № 05/16-ГПД 0318100046815000029-003440-01 от 13.01.2016, 04/16-ГПД 0318100046815000028-003440-01 от 12.01.2016); Антивирус Касперского – Лицензионный договор Договор №39/17д (BK1000111676/17) от 02.02.2017 г.

2. Дистанционная поддержка дисциплины: для передачи домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта кафедры.

Для практических занятий – спортивный зал, маты, специальный спортивный инвентарь (лапы, боксерские перчатки, защитные плеумы и т.д.).

Стандартное лицензионное программное обеспечение

Microsoft Windows 7 Professional, 8 Pro, 8.1 Pro, 10 Pro

Лицензионный договор №0318100046815000032-0003440-01 (08/16д) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Лицензионный договор №0318100046815000030-0003440-01 (06/16гпд) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Microsoft Office Professional Plus 2007, 2010, 2013, 2016.

Состав продукта:

Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Outlook, Microsoft Publisher, Microsoft Access, Microsoft OneNote, Microsoft InfoPath.

Лицензионный договор №0318100046815000028-003440-01 (04/16-гпд) от 12.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Лицензионный договор №0318100046815000029-003440-01 (05/16-гпд) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Единоборства и методика преподавания»**

49.03.01 «Физическая культура и спорт»

бакалавр

«Спортивная тренировка»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Единоборства и методика преподавания»

обязательной

заочная

Составитель аннотации – Лактионова Э.Г., доцент к.п.н. каф. ФКиС

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3/108
Цель изучения дисциплины	Овладение теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, необходимыми для формирования у студентов осознанного отношения к спортивным единоборствам, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Содержание дисциплины	История и особенности видов единоборств. Основы техники единоборств. Методика обучения техники и тактики единоборств. Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения. Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств.
Формируемые компетенции (коды)	ОПК-3, ОПК-4, ОПК-13
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	ОПК-3.1 Владеет понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта. ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3 Применяет педагогические и технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности. ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки. ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта. ОПК-13.1 Умест планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня. ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта. ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга.
Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины	Гимнастика и методика преподавания. Легкая атлетика и методика преподавания. Спортивные игры и методика преподавания. Водные виды рекреации. Подвижные игры и методика преподавания. Туризм и методика преподавания. Теория и методика спорта. Теория и методика физической культуры. Атлетическая гимнастика и методика

	преподавания. Плавание и методика преподавания. Ознакомительная практика.	
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: практические занятия, лекционные занятия, самостоятельная работа.	
Формы текущего контроля успеваемости	Контрольная работа	
Форма промежуточной аттестации	Зачет	

Зав.кафедрой ФКиС



Коновалова Г.М.