

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ « ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ВИДЫ ЕДИНОБОРСТВ»

1.1 Цель освоения дисциплины

Формирование компетенции ПК-1 (готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов) на основе формируемой системы знаний, умений и навыков в области физического воспитания человека.

1.1 Цель освоения дисциплины

Формирование компетенции ПК-1 (готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов) на основе формируемой системы знаний, умений и навыков в области физического воспитания человека.

1.2 Задачи дисциплины

1. Формирование системы знаний, умений и навыков теоретической, методической и практической подготовки в единоборствах к работе выпускника в области физической культуры и спорта.

2. Ознакомление со структурными основами, видами, и классификацией применения средств и методов освоения дисциплины.

3. Обеспечение знаниями о сущности принципов педагогического процесса, о двигательных действиях, как основе предмета обучения, о целостном представлении закономерностей формирования двигательных умений и навыков.

4. Формирование системы знаний в области теории спорта, организации и содержании разделов спортивной тренировки, цикличности многолетней подготовки спортсменов, структуры и методики проведения занятий с различными категориями занимающихся, классификацию спортивных соревнований, формы планирования, контроля и судейства спортивных соревнований по различным видам единоборств.

5. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых знаний.

6. Привлечение студентов к активным занятиям единоборствами, и пропаганде здорового образа жизни.

1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Отечественные виды единоборств» относится к вариативной части и к предметам по выбору. Программа учебного курса «Отечественные виды единоборств» составлена в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта, изучается на протяжении одного семестра обучения в ВУЗе. Она призвана существенно повысить профессиональную подготовку специалистов на основе одной из спортивно-педагогических дисциплин, включенных в учебный план, а также уровень практической подготовленности студентов по избранному виду спорта. Формой контроля успеваемости является зачет.

Курс «Отечественные виды единоборств», в сочетании с другими дисциплинами и, прежде всего, с теорией и методикой физической культуры и спорта (ТМФКиС), направлен на решение важнейшей задачи – обеспечение формирования у специалистов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в сфере физической культуры и спорта. Путь к достижению цели лежит через интеграцию профильных дисциплин обеспечивающих глубокое теоретическое осмысление основ профессиональной деятельности специалиста. Курс «Отечественные виды единоборств» требуют высокого уровня профессионализма от преподавателей, которые ведут теоретико-практическую работу по

дисциплине и опираются на межпредметные связи: дисциплин предметной подготовки.

Государственным образовательным стандартом высшего образования по курсу «Отечественные виды единоборств»: предусматривается формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида), и направлен на освоение технологии обучения двигательным действиям, развитие физических качеств и повышения уровня спортивного мастерства.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование общекультурной компетенции (ОК):

Выпускник должен владеть следующими компетенциями:

- готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов(ПК-1)

| № п/п | Индекс компетенции | Содержание компетенции (или ее части) | В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны | | |
|-------|--------------------|---|---|--|---|
| | | | Знать | Уметь | Владеть |
| 1 | ПК-1 | -готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов. | Основы и методы физического воспитания; методiku проведения занятий по физической подготовке в соответствии с требованиями образовательных стандартов; основные этапы, принципы, средства и методы обучения технике единоборств, методiku оздоровительных физкультурно- | Формировать потребность в ведении здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям единоборствами. Подбирать и применять на занятиях единоборствами адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса. | Приемами практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины, применения терминологии единоборств в процессе занятий, рациональной организации и проведения занятий и соревнований по единоборствам, применения средств единоборств для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе |

| | | | | | |
|--|--|--|---------------------|--|---------------------------------------|
| | | | спортивных занятий. | | потребностей в физической активности. |
|--|--|--|---------------------|--|---------------------------------------|

2. Структура и содержание дисциплины

2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часа, их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры (часы) | | | | |
|--|--------------------------------------|-----------------|-------------|----------|----------|----------|
| | | 7 | | | | |
| Контактная работа, в том числе: | | | | | | |
| Аудиторные занятия (всего): | 24 | 24 | | | | |
| Занятия лекционного типа | 4 | 4 | - | - | - | |
| Лабораторные занятия | - | - | - | - | - | |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 20 | 20 | - | - | - | |
| Иная контактная работа: | | | | | | |
| Контроль самостоятельной работы (КСР) | 2 | 2 | | | | |
| Промежуточная аттестация (ИКР) | 0,2 | 0,2 | | | | |
| Самостоятельная работа, в том числе: | | | | | | |
| <i>Курсовая работа</i> | - | - | - | - | - | |
| <i>Проработка учебного (теоретического) материала</i> | 30,8 | 30,8 | - | - | - | |
| <i>Выполнение индивидуальных заданий</i> | 10 | 10 | - | - | - | |
| Подготовка к текущему контролю | 5 | 5 | | | | |
| Контроль: | | | | | | |
| Подготовка к экзамену | | | | | | |
| Общая трудоёмкость | час. | 72 | 72 | - | - | - |
| | в том числе контактная работа | 26,2 | 26,2 | | | |
| | зач. ед | 2 | 2 | | | |

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.
Разделы дисциплины, изучаемые в 7 семестре (очная форма)

| № | Наименование разделов | Всего | Количество часов | | | |
|---------------------------|---|-------|-------------------|-----------|----------|------------------------------|
| | | | Аудиторная работа | | | Внеауди- торная работа |
| | | | ЛК | ПЗ | ЛР | СР |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 семестр | | | | | | |
| 1 | Зарождение и возникновение единоборств. Самбо. | 12 | 2 | | | 10 |
| 2 | Единоборства, как неотъемлемая часть жизни. | 10 | 2 | | | 8 |
| 3 | Падения и группировки, удержания, переходы на удержания, болевые приемы, переходы на болевые приемы в самбо, двигательные качества. | 16 | | 8 | | 8 |
| 4 | Удержание соперника, переходы на удержание. Броски через бедро, голову, спину, плечо, (плечи («мельница»); броски захватом ног, выведением из равновесия, прогибом (через грудь), вращением. Зацепы (обвивы), подбивы («ножницы»), перевороты (передний, задний), зацеп голенью изнутри, зацеп голенью снаружи. | 18 | | 8 | | 10 |
| 5 | Подсечки, подхваты (отхваты), задняя подножка, передняя подножка. | 13,8 | | 4 | | 9,8 |
| Итого по семестру: | | | 4 | 20 | - | 45,8 |

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, СР – самостоятельная работа.

2.3. Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены.

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

3.1. Основная литература

1. Как победить любого противника в экстренных ситуациях / сост. С.П. Кашин. - Москва : Рипол Классик, 2014. - 256 с. : ил. - (Искусство реального боя). - ISBN 978-5-386-07748-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362646>.
2. Гилазиева, С.Р. Основные приёмы самообороны : учебное пособие / С.Р.Гилазиева, Т.В. Нурматова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. - Оренбург : ОГУ, 2016. - 114 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1607-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=467222>

3.2. Дополнительная литература

1. Рудман, Д.Л. Школа Самбо Давида Рудмана: 1000 болевых приемов / Д.Л. Рудман, К.В. Троянов. - Москва : Человек, 2013. - Кн. 2. - 289 с. : ил. - ISBN 978-5-906131-15-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461355>
2. Сергиенко, И.В. Уличный кулачный бой. Техника боя. Система обороны / И.В. Сергиенко. - Москва : Издательство «Рипол-Классик», 2013. - 256 с. - (Искусство реального боя). - ISBN 978-5-386-06468-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=227312>
3. Толочек, В.А. Стили деятельности: ресурсный подход / В.А. Толочек ; Российская академия наук, Институт психологии. - Москва : Институт психологии РАН, 2015. - 366 с. : табл. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-9270-0299-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430630>.

3.3 Периодические издания

1. Лечебная физкультура и спортивная медицина. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1397983>
2. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – URL: <https://cyberleninka.ru/journal/n/pedagogika-psihiologiya-i-mediko-biologicheskie-problemy-fizicheskogo-vospitaniya-i-sporta> .
3. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/publication/79774/udb/1270>.
4. Теория и методика физической культуры. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1402428>
5. Человек. Медицина. Спорт. – URL: <https://cyberleninka.ru/journal/n/chelovek-sport-meditsina>

4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция:

аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red.

2. ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.
3. ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.
4. **Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания** [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.
5. **Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru»** : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
6. **Базы данных компании «Ист Вью»** [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции журналов России: по общественным и гуманитарным наукам; по вопросам педагогики и образования; по информационным технологиям; по вопросам экономики и финансов; по экономике и предпринимательству; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.
7. **КиберЛенинка** : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.
8. **Единое окно доступа к образовательным ресурсам** : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.
9. **Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов** [для общего, среднего профессионального, дополнительного образования; полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://fcior.edu.ru>.
10. **Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации** [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.
11. **Энциклопедиум** [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.
12. **Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов.** – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

Автор-составитель Васин С.Г., ст. преподаватель кафедры ФК и ЕБД, КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани.