

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ЗАРУБЕЖНЫЕ 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 содержания 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 «Зарубежные виды единоборств» относится к вариативной части и к предметам по выбору. Программа учебного курса «Зарубежные 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 «Зарубежные 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 «Зарубежные 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 «Зарубежные 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.	<p>Основы и методы физического воспитания;</p> <p>методику проведения занятий по физической подготовке в соответствии с требованиями образовательных стандартов;</p> <p>основные этапы, принципы, средства и методы обучения технике единоборств, методику оздоровительных физкультурно-спортивных занятий.</p>	<p>Формировать потребность в ведении здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям единоборствами.</p> <p>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.</p>	<p>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</p>

					на основе 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 ЗФО).

Вид учебной работы	Всего часов	Курсы (часы)		
		4 курс 2 сессия	4 курс 3 сессия	
Контактная работа, в том числе:				
Аудиторные занятия (всего):				
Занятия лекционного типа	4	4		
Лабораторные занятия				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	4		4	
Иная контактная работа:				
Контроль самостоятельной работы (КСР)				
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3		0,3	
Самостоятельная работа, в том числе:				
<i>Курсовая работа</i>				
<i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>	40		40	
<i>Выполнение индивидуальных заданий</i>	10		10	
Подготовка к текущему контролю	5		5	
Контроль:				
Подготовка к экзамену	8,7		8,7	
Общая трудоёмкость	час.	72	4	68

	в том числе контактная работа	8,3	4	4,3
	зач. ед	2		2

2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы дисциплины, изучаемые на 4 курсе (2 и 3 сессии) (заочная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеауди- торная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	СР
1	2	3	4	5	6	7
4 курс 2 сессия						
1	Зарождение и возникновение единоборств. Самбо.	2	2		-	
2	Единоборства, как неотъемлемая часть жизни.	2	2		-	
4 курс 3 сессия						
3	Падения и группировки, удержания, переходы на удержания, болевые приемы, переходы на болевые приемы в самбо, двигательные качества.	22	-	2	-	20
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.	22	-	2	-	20

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
5	Подсечки, подхваты (отхваты), задняя подножка, передняя подножка.	15	-	-	-	15
	Итого по семестру:		4	4	-	55

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия, 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. 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>.
2. Гилязиева, С.Р. Основные приёмы самообороны : учебное пособие / С.Р. Гилязиева, 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 боевых 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. 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>.

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-psiologiya-i-mediko-biologicheskie-problemy-fizicheskogo-vozpitanija-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](https://www.monographies.ru/) [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.
5. [Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru»](http://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»](http://dlib.eastview.com) [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](http://cyberleninka.ru) : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.
8. [Единое окно доступа к образовательным ресурсам](http://window.edu.ru) : 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](http://fcior.edu.ru) [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](http://publication.pravo.gov.ru) [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru>.
11. [Энциклопедииум](http://enc.biblioclub.ru/) [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](https://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About). – URL: <https://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

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

