

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

**СОГЛАСОВАНО**  
Декан СПФ  
*Ю.Э. Макаревская*  
Макаревская Ю.Э.  
«29» 08 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Проректор по УРиКОД  
*А.В. Иваненко*  
А.В. Иваненко  
«29» 08 2022 г.

**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 очная

Выпускающая кафедра Физической культуры и спорта

Кафедра-разработчик рабочей программы Физической культуры и спорта

Год набора -2022

Семестр	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
7	108/3	16	16	-	76	-	Зачет
<b>Итого:</b>	108/3	16	16	-	76	-	Зачет

Сочи 2022 г.

Лист согласования рабочей программы дисциплины "Единоборства и методика преподавания"

Рабочую программу составил (и):

преподаватель кафедры ФКиС

*Иванов Н.А.* Иванов Н.А.  
*ст. преподаватель кафедры ФКиС* *Максименко В.Г.* Максименко В.Г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА:**

Заведующий кафедрой

*Полякова А.В.*  
подпись

Полякова А.В.  
Ф.И.О.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины соответствует  
библиотечному фонду СГУ:

Директор НОБ

*Онищенко Е.В.*  
подпись

Онищенко Е.В.  
Ф.И.О.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям:

Отдел качества образования и  
методического обеспечения

*Васильченко В.В.*  
подпись

Васильченко В.В.  
Ф.И.О.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2023/2024 учебный год, протокол №10 заседания кафедры от 29.06.2023

Заведующий кафедрой



Полякова А.В.

Рабочая программа переутверждена на 2024 /2025 учебный год, протокол №7 заседания кафедры от «04» марта 2024 года. В программу дополнения и изменения не вносились

Заведующий кафедрой



Полякова А.В.

### 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 методикиспортивных 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

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Дисциплины, участвующие в формировании компетенции</b>
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 преподаванияВодные виды рекреации Туризм и методика преподавания Теория и методика спортивной подготовки Ознакомительная практика Преддипломная практика
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятияразличной направленности и организовыватьучастие 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 преподаванияВодные виды рекреации Туризм и методика преподавания Атлетическая гимнастика и методика преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному видуспорта	Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподаванияВодные виды рекреации Туризм и методика преподавания Плавание и методика преподавания Атлетическая гимнастика и методика

	преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
--	--

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
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 Владеет понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта.	Знать: понятийный и категориальный аппарат теории и методике единоборств Уметь: использовать понятийный и категориальный аппарат в практической деятельности и методике проведения единоборств Владеть: понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике единоборств
	ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности	Знать: средства и методы тренировки в базовых видах спорта Уметь: выбирать средства и методы тренировки с учетом специфики единоборств Владеть: приемами использования средств и методов тренировки в единоборствах
	ОПК-3.3 Применяет педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	Знать: педагогические технологии двигательного и когнитивного обучения в единоборствах Уметь: применять педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке в единоборствах Владеть: педагогическими технологиями двигательного и когнитивного обучения в единоборствах
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности	ОПК-4.1 Знать: принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий единоборствами Уметь: применять принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий единоборствами Владеть: педагогическими технологиями проведения занятий единоборствами

<b>Компетенции и индикаторы их достижения</b>		В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
	ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки	Знать: основные виды спортивной подготовки и методику проведения единоборствами Уметь: выбирать основные виды спортивной тренировки, в зависимости от этапов подготовки Владеть: практическими навыками проведения тренировочных занятий единоборствами
	ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта.	Знать: основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований по единоборствам Уметь: планировать и организовывать проведения соревнований по единоборствам Владеть: технологиями планирования и организацией проведения соревнований по единоборствам
ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня	Знать: основы планирования и организации соревнований по единоборствам различного уровня Уметь: планировать и организовывать проведение соревнований по единоборствам различного уровня Владеть: технологиями планирования и организацией проведения соревнований по единоборствам различного уровня
	ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта.	Знать: правила соревнований по единоборствам Уметь: осуществлять организацию и судейство соревнований по единоборствам Владеть: навыками организации проведения соревнований по единоборствам
	ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга	Знать: особенности организации судейства и проведение соревнований различного ранга по единоборствам Уметь: осуществлять организацию и судейство соревнований различного ранга по единоборствам Владеть: навыками организации проведения соревнований различного ранга по единоборствам

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов)

Таблица 3

№ раздела	Наименование темы дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	История и особенности видов единоборств	10	2		-	8
2	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	14	2	2		10
3	Основы техники единоборств в партере	14	2	2	-	10
4	Основы техники единоборств в стойке	14	2	2		10
5	Методика обучения тактики единоборств	14	2	2	-	10
6	Специальные физические упражнения	14	2	2	-	10
7	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	14	2	2	-	10
8	Учебно-тренировочные поединки	14	2	4	-	8
<b>Зачет</b>		-	-	-	-	-
<b>ИТОГО:</b>		<b>108</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>76</b>

#### 4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	История и особенности видов единоборств	Единоборства как предмет познания. Содержание и задачи курса. История развития видов спортивных единоборств. Единоборства в системе физического воспитания. Особенности видов спортивных единоборств.
2	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	Кувырки и падение - элементы страховки. Навыки страховки, профилактика травматизма.
3	Основы техники единоборств в партере	Приемы борьбы в партере. Техника и методика обучения борьбы в партере.
4	Основы техники единоборств в стойке	Приемы борьбы в стойке. Техника и методика обучения борьбы в стойке. Ударная и бросковая техника.
5	Методика обучения тактики единоборств	Обучение тактики единоборств. Последовательность изучения тактических действий в нападении и защите.
6	Специальные физические упражнения	Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития выносливости и скоростно-силовых качеств.
7	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	Правила соревнований по видам единоборств. Методика судейства. Организация соревнований, документы для проведения соревнований
8	Учебно-тренировочные поединки	Технико-тактические навыки в единоборствах, значение спарринга с партнером, развитие выносливости и скоростно-силовых качеств.

#### 4.1.2. Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	Кувырки и падение - элементы страховки. Навыки страховки, профилактика травматизма.
2	Основы техники единоборств в партере	Приемы борьбы в партере. Техника и методика обучения борьбы в партере.

3	Основы техники единоборств в стойке	Приемы борьбы в стойке. Техника и методика обучения борьбы в стойке. Ударная и бросковая техника.
4	Методика обучения тактики единоборств	Обучение тактики единоборств. Последовательность изучения тактических действий в нападении и защите.
5	Специальные физические упражнения	Специальные физическая подготовка. Упражнения для развитие выносливости и скоростно-силовых качеств.
6	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	Правила соревнований по видам единоборств. Методика судейства. Организация соревнований, документы для проведения соревнований
7	Учебно-тренировочные поединки	Закрепление технико-тактических навыков, спарринг с партнером, развитие выносливости и скоростно-силовых качеств.

#### 4.1.3. Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание занятия
1	История и особенности видов единоборств	Единоборства в системе физического воспитания. Содержание и задачи курса. История развития видов спортивных единоборств. Особенности видов спортивных единоборств. Изучение теоретического материала по теме, подготовка к устному опросу
2	Приемы страховки и само страховки, техника безопасного падения	Методика обучения кувыркам и падениям. Навыки страховки, профилактика травматизма. Подготовка плана-конспекта проведения занятия, подготовка к устному опросу.
3	Основы техники единоборств в партере	Приемы борьбы в стойке. Техника и методика обучения борьбы в стойке. Ударная и бросковая техника. Изучение теоретического материала по теме, подготовка к устному опросу.
4	Основы техники единоборств в стойке	Обучение тактики единоборств. Последовательность изучения тактических действий в нападении и защите.. Подготовка плана-конспекта проведения занятия, подготовка сообщения.
5	Методика обучения тактики единоборств	Принципы и методы обучения подвижным играм. Подготовка плана-конспекта проведения занятия, подготовка сообщения.
6	Специальные физические упражнения	Специальные физическая подготовка. Упражнения для развитие выносливости и скоростно-силовых качеств. Изучение теоретического материала по теме, подготовка к устному опросу.

7	Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств	Правила соревнований по видам единоборств. Методика судейства. Организация соревнований, документы для проведения соревнований Подготовка плана-конспекта проведения занятия, подготовка к устному опросу.
8	Учебно-тренировочные поединки	Технико-тактические навыки в единоборствах, значение спарринга с партнером, развитие выносливости и скоростно-силовых качеств. Изучение теоретического материала по теме, подготовка к устному опросу.

## 4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 4.2.1 Литература

1. Гарник В.С. Самбо : методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий. Учебное пособие / Гарник В.С.. — Москва : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 191 с. — ISBN 978-5-7264-0698-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/20028.html> (дата обращения: 28.08.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Литвинов С.А. Каратэ в системе физического воспитания студента : учебное пособие / Литвинов С.А.. — Москва : Московский городской педагогический университет, 2013. — 192 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/26499.html> (дата обращения: 28.08.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Курьсь, В. Н. Основы силовой подготовки юношей : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 022300 - Физическая культура и спорт / В. Н. Курьсь. - Москва : Советский спорт, 2004. - 264 с. : ил. - ISBN 5-85009-851-8. - Текст (визуальный) : непосредственный.

4. Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Карась Т.Ю.. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 28.08.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/85832>

### 4.2.2 Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

№	Наименование интернет-ресурсов и электронных информационных источников
1	Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Эр Медиа». – Саратов, [2010-]. – URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a> (дата обращения: 28.08.2022). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.
2	КонсультантПлюс: справочно-правовая система / Компания «Консультант-Плюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.

## 4.3 Текущая и промежуточная аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине.

Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине;

- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине;
- критерии оценивания;
- шкалы оценивания.

### **Теоретические вопросы к зачету:**

1. История развития единоборств.
2. Термины в восточных единоборствах.
3. Определение понятий «техника», «приём», «защита».
4. Общая характеристика техники и ее значение.
5. Основные принципы обучения технике единоборств.
6. Технический арсенал и закономерности его формирования.
7. Понятие о рациональной технике как основе предупреждения травматизма в единоборствах.
8. Страховка и самостраховка. Характеристика специальных упражнений для овладения страховкой и самостраховкой.
9. Изучение основных элементов техники: стойки, передвижения, захваты, удары, броски.
10. Методы и средства обучения приемам.
11. Методика обучения технике ударов руками, ногами, стойкам, передвижениям, захватам, броскам, удержанию и защитным действиям.
12. Основные понятия: «стратегия», «тактика». Значение тактики, её взаимосвязь с техникой.
13. Разделы тактики: тактика проведения приёмов, тактика ведения поединка, тактика участия в соревнованиях.
14. Элементы тактики: цель, разведка, оценка ситуации, планирование основных и дополнительных (запасных) курсов действий, реализация замыслов.
15. Виды тактики: атакующая, контратакующая, оборонительная, тактика подавления, маневрирования, маскировка.
16. Тактика поединка и её разновидности. Составление тактического плана поединка. Особенности тактики ведения поединка в турнирах, матчевых, отборочных и классификационных соревнованиях.
17. Цель и задачи тактической подготовки в единоборствах.
18. Управление процессом тактической подготовки.
19. Средства и методы контроля тактической подготовленности.
20. Методы совершенствования тактической подготовленности единоборцев.
21. Тактическое мышление.
22. 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.

**Примерные критерии оценивания результатов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации:**

**Критерии оценки заданий на зачет:**

- правильность освещения вопросов;
- свободное владение терминологией;
- аргументированность ответов;
- сформированность компетенций.

**Примерная шкала оценивания ответов обучающегося при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (зачет)**

Оценка «зачтено» - ответ на вопрос полный и правильный, даны правильные ответы на дополнительные вопросы. Изложение материала при ответах на вопрос построено грамотно, в определенной логической последовательности. Обучающийся показывает владение всеми индикаторами достижения компетенций дисциплины.

Оценка «не зачтено» - обучающийся не отвечает на вопросы или допускает грубые, существенные ошибки при ответах, Не демонстрирует владения индикаторами достижения компетенций по дисциплине.

## **5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины**

Дисциплина «Единоборства и методика преподавания» предусматривает изучение истории, теории и методики игровой деятельности, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для ведения самостоятельной педагогической работы в области физической культуры и спорта.

Первоочередное изучение теоретического материала развивает у студента способность анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы по проведению и использованию спортивных и подвижных игр.

Практическая работа студента совершенствует приобретенные теоретические знания. Овладения средствами, методами и организационными формами обучения позволяет успешно использовать спортивные игры в целях гармоничного, физического и духовного развития человека, укрепления его здоровья, организации активного отдыха, спортивной подготовки, повышения работоспособности.

План-конспект упражнений и урока должен включать:

- Цель, задачи (образовательную, воспитательную, оздоровительную).
- Подготовительную, основную, заключительную части занятия.
- Содержание учебного материала, дозировку заданий, организационно-методические указания.
- Используемые на занятии оборудование и инвентарь.

Использование в план-конспекте рисунков-граффити позволит повысить моторную плотность занятия, обеспечить индивидуальный подход. Рисунки-граффити позволяют взаимозаменять и варьировать инвентарь, изменять организацию занимающихся.

### **Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету**

При подготовке к *зачету* следует руководствоваться РПД. Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе, выносятся на самостоятельное изучение.

На *зачете* студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. При подготовке к ответу на *зачете* студенту разрешено пользоваться рабочей программой дисциплины. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, преподаватель имеет право задать ему ряд вопросов, побуждающих и направляющих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

Промежуточная аттестация может быть выставлена студенту по результатам федерального интернет тестирования (ФЭПО, интернет тренажеры).

## 5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

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

Обучение в организации высшего образования предполагает наличие большого объёма времени, отведённого для самостоятельной работы обучающихся. Для эффективного освоения дисциплины необходимо оптимальным образом организовать это время. Стоит учитывать динамику работоспособности в период рабочих циклов:

Самостоятельная работа студента при изучении дисциплины заключается в:

– углубленном изучении отдельных вопросов теоретической части дисциплины, выносимых полностью на самостоятельную проработку студента с использованием основной и дополнительной литературы;

– подготовке к практическим занятиям;

– подготовке к зачету по дисциплине.

В учебном процессе выделено два вида самостоятельной работы:

– аудиторная;

– внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа выполняется на практических занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы студента выступают:

для овладения знаниями:

– чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); составление плана текста;

– конспектирование текста;

– выписки из текста;

– использование компьютерной техники и Интернета и др., для закрепления и систематизации знаний;

– повторная работа над учебным материалом (электронного учебника, первоисточника, дополнительной литературы);

– составление плана и тезисов ответа на вопросы промежуточного контроля;

для формирования умений и навыков:

Методические рекомендации по самостоятельному изучению вопросов тем дисциплины:

1. Необходимо прочитать литературные источники, проанализировать качество и полноту изложения материала по изучаемым вопросам в литературных источниках.

2. Ответить на контрольные вопросы.

3. Рекомендуются дать собственные комментарии позиции автора(ов) литературного источника, согласие или несогласие с автором(ами), аргументацию своей интерпретации.

4. Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, индивидуальных и групповых консультациях, зачете.

При предъявлении видов заданий на внеаудиторную самостоятельную работу преподавателем проводится инструктаж по выполнению заданий, который включает цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объём работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. Во время выполнения студентами внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель может проводить при необходимости консультации за счёт общего бюджета времени.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов, в зависимости от цели, объёма, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

– уровень освоения студентом учебного материала;

- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и чёткость изложения ответа;

### **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 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 по дисциплине 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.

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.

### 5.5. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

- Ноутбук;
- Пакеты ПО общего назначения. OS Microsoft Windows;
- Дистанционная поддержка дисциплины: для передачи домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта кафедры;
- Комплект электронных презентаций/слайдов;
- Специализированная аудитория, оснащенная интерактивной доской, проектором, ноутбуком, доской настенной комбинированной.

Для практических занятий:

1. Спортивный зал: игровой.
2. Спортивный инвентарь: волейбольные мячи, мячи для японского мини-волейбола, туристские коврики, перекладина, секундомер, рулетка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, ракетки для бадминтона, воланы для бадминтона, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.

3. Мультимедийные средства.

Тестирование в рамках текущей аттестации: компьютерная лаборатория, оснащенная рабочими местами, оборудованными персональными компьютерами, учебная доска, локальная сеть, подключение к сети Интернет, сканер, принтер.

Прочее:

- рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет, принтером, сканером, ксероксом;
- рабочие места студентов, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде (библиотека, компьютерные классы).

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Таблица 6 – Перечень программного обеспечения

№	Перечень ПО
1	<i>Microsoft Windows</i>
2	<i>Архиватор 7-zip. Бесплатное программное обеспечение</i>
3	<i>Справочно-правовая система Консультант Плюс</i>

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

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

49.03.01 «Физическая культура»

бакалавр

«Спортивная тренировка»

**АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

**«Единоборства и методика преподавания»**

\_\_\_\_\_ *обязательная* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ *очная* \_\_\_\_\_

<b>Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)</b>	3/108
<b>Цель изучения дисциплины</b>	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.
<b>Содержание дисциплины</b>	История и особенности видов единоборств. Приемы страховки и самостраховки, техника безопасного падения. Основы техники единоборств в партере. Основы техники единоборств в стойке. Методика обучения тактики единоборств. Организация и проведение соревнований по видам спортивных единоборств. Учебно-тренировочные поединки.
<b>Формируемые компетенции (коды)</b>	ОПК-3, ОПК-4, ОПК-13
<b>Коды и наименование индикатора достижения компетенции</b>	<p>ОПК-3.1 Владеем понятийным и категориальным аппаратом по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировки базовых видов спорта.</p> <p>ОПК-3.2 Владеет средствами, методами и приемами с учетом специфики базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>ОПК-3.3 Применяет педагогические технологии по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.</p> <p>ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности.</p> <p>ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки.</p> <p>ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта.</p> <p>ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня.</p> <p>ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта.</p> <p>ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по</p>

	избранному виду спорта соревнований различного ранга.
<b>Дисциплины, участвующие в формировании компетенции</b>	Гимнастика и методика преподавания Легкая атлетика и методика преподавания Спортивные игры и методика преподавания Водные виды рекреации Единоборства и методика преподавания Туризм и методика преподавания Плавание и методика преподавания Атлетическая гимнастика и методика преподавания Ознакомительная практика Преддипломная практика
<b>Образовательные технологии</b>	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.
<b>Форма промежуточной аттестации (экзамен, зачет)</b>	Зачет