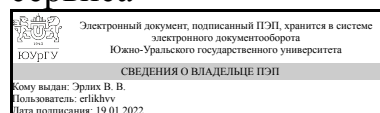


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Директор института
Институт спорта, туризма и
сервиса



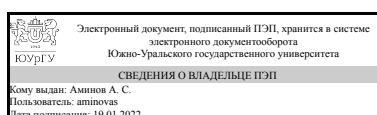
В. В. Эрлих

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.37.02 Единоборства
для направления 49.03.01 Физическая культура
уровень Бакалавриат
форма обучения очная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

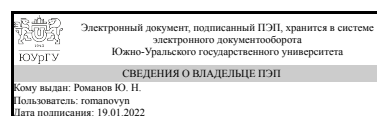
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

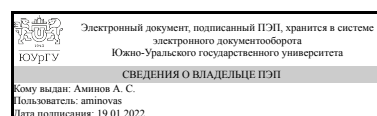
Разработчик программы,
д.биол.н., проф., профессор



Ю. Н. Романов

СОГЛАСОВАНО

Руководитель направления
к.биол.н., доц.



А. С. Аминов

1. Цели и задачи дисциплины

Цели освоения дисциплины: овладение практическими умениями и навыками техники и тактики единоборств, необходимыми для профессиональной деятельности в различных образовательных учреждениях, в ДЮСШ, СДЮСШОР, спортивных клубах, специализированных школах-интернатах спортивного профиля, в различных производственных коллективах. Задачи дисциплины. 1. Овладеть знаниями основ теории и методики единоборств; 2. Овладеть методикой проведения учебно-тренировочных занятий по единоборствам; 3. Изучить основы соревновательной деятельности в единоборствах.

Краткое содержание дисциплины

Общие основы теории и методики единоборств. Сущность единоборств, их роль в системе физического воспитания. Прикладное значение единоборств. Классификация и систематика единоборств. Развитие и основные принципы построения классификации, систематики, терминологии единоборств. Классификация элементов техники единоборств: боевых стоек, ударов, передвижений, защит, боевых дистанции. Основные термины единоборств. Классификация спортсменов в единоборствах по возрастным группам, весовым категориям и спортивным разрядам. Задачи урока, структура и виды уроков. Характерные особенности учебных, учебно-тренировочных и тренировочных занятий по единоборствам. Основные методические приемы, принимаемые при реализации целей и задач учебно-тренировочных занятий в единоборствах. Общие понятия о технике единоборств, как совокупности принципов защиты и нападения. Определение техникой единоборств. Техника как система движений единоборца, критерии (количественные и качественные) эффективности техники. Стабильность и вариативность техники, ее стилевые особенности. Техника ударов, защит, контрударов и ложных действий на дальней, средней и ближней дистанциях. Техника комбинированных действий. Особенности техники ведения боя с левшой. Тактика как искусство ведения боя. Значение тактики для достижения успеха. Планирование боя. Элементы тактики: разведка, принятие и проведение решений, страховка от неожиданности и случайности. Характеристика тактических задач в ходе боя. Тактические ситуации в бою. Тактика, тактическое мышление единоборца и его слагаемые: способность быстро воспринимать и перерабатывать информацию, прогнозировать действия соперника, находить оптимальные варианты тактических решений. Значение соревнований в единоборствах. Характеристика, система, условия проведения соревнований в единоборствах.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Знает: терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в единоборствах; методики обучения технике спортивных

	дисциплин (упражнений) в единоборствах; способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в единоборствах; виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в единоборствах Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по единоборствам; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по единоборствам; подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по единоборствам в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; планировать содержание учебно-тренировочных занятий по единоборствам с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, санитарно-гигиенических условий Имеет практический опыт: планирования учебно-тренировочных занятий по единоборствам
ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Знает: историю развития и современное состояние единоборств, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных соревнований дисциплин (упражнений) в единоборствах; цель, задачи и содержание курса единоборств; технику спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы техникой и тактической подготовки в единоборствах; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы физической подготовки в единоборствах; воспитательные возможности занятий единоборствами; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по единоборствам; специфику деятельности специалиста по единоборствам в различных сферах физической культуры и спорта Умеет: применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по единоборствам с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по единоборствам в зависимости от поставленных задач; использовать в своей деятельности

	терминологию единоборств; распределять на протяжении занятия средств единоборств с учетом их влияния на организм занимающихся; рассказывать в доступной форме об эволюции и современном уровне развития единоборств; показывать основные двигательные действия единоборств, специальные и подводящие упражнения; объяснять технику выполнения упражнений, ставить двигательную задачу в единоборствах; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами на занятиях по полиатлону; организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений единоборств; контролировать и оценивать работу занимающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств единоборств, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания; оценивать качество выполнения упражнений в единоборствах и определять ошибки в технике; определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в единоборствах, подбирать приемы и средства для их устранения; использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по единоборствам Имеет практический опыт: выполнения и демонстрации основных двигательных действий в единоборствах; владения техникой единоборств; подготовки материалов для проведения беседы, теоретического занятия по единоборствам; проведения учебно-тренировочных занятий по единоборствам по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося
--	---

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.32 Методология спортивной тренировки, 1.О.16 Теория и методика физической культуры	Не предусмотрены

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.32 Методология спортивной тренировки	Знает: значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации»,

«спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»; формы и этапы спортивного отбора: особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах тренировочного и образовательного процессов, терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС; виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в ИВС, историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке и образовании; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных соревнований в избранном виде спорта дисциплин (упражнений) в ИВС; цель, задачи и содержание курса ИВС; технику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы техникой и тактической подготовки в ИВС; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; средства и методы физической подготовки в ИВС; воспитательные возможности занятий ИВС; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; специфику деятельности специалиста по ИВС в различных сферах физической культуры и спорта, принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; систему организации тренировочного процесса в организации дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные

	технологии Умеет: ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов, определять задачи учебно-тренировочного занятия по ИВС; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по ИВС; подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС; планировать содержание учебно-тренировочных занятий по ИВС с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий, изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; анализировать проведенные занятия по базовым видам спорта и ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности Имеет практический опыт: обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации, проведения педагогического наблюдения и анализа проведения занятия и фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия с использованием средств базовых видов спорта, ИВС; разработки методического обеспечения тренировочного процесса
1.О.16 Теория и методика физической культуры	Знает: актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности, методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС, принципы и порядок разработки учебно-программной документации по тренировочному и образовательному процессам по физической культуре и спорту; систему организации тренировочного процесса в организации

дополнительного образования детей по физической культуре и спорту; систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта; требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности; федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине); федеральные государственные требования к реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта; содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в области физической культуры и спорта, включая современные методы и инновационные технологии; основные способы оформления и представления методических материалов по обеспечению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в физкультурно-спортивной организации; показатели, характеризующие эффективность проведения учебно-тренировочного занятия по ИВС; особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в ИВС, положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся

Умеет: определять задачи научного исследования в ИВС, разрабатывать и формулировать гипотезу; подбирать и использовать методы исследования в ИВС, использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в ИВС; интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в ИВС, изучать и обобщать информацию в области методического обеспечения физической культуры и спорта; определять и планировать содержание методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов; анализировать проведенные занятия по базовым видам спорта для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; анализировать проведенные занятия по ИВС для установления соответствия содержания, методов и средств поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции

	собственной деятельности, планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта Имеет практический опыт: анализа и оценки эффективности учебно-тренировочного процесса в ИВС; интерпретации результатов собственных исследований в ИВС, проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в ИВС, разработки методического обеспечения тренировочного процесса
--	---

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 54,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		7
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	48	48
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	53,75	53,75
с применением дистанционных образовательных технологий	0	
Методика обучения технике ударов ногами	6	6
Тактические формы ведения схватки в борьбе.	6	6
Основная терминология, используемая в единоборствах.	6	6
Подготовка к практическим занятиям	17,75	17.75
Подготовка к зачету	18	18
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	История развития единоборств.	2	1	1	0
2	Классификация и систематика и терминология единоборств.	3	1	2	0
3	Классификация стоек и передвижений в единоборствах.	3	1	2	0
4	Технико-тактические действия в единоборствах.	3	1	2	0
5	Классификация тактических действий в ударных видах	3	1	2	0

	единоборствах.				
6	Техника атакующих действий ударов руками в единоборствах.	4	2	2	0
7	Техника защитных действий от ударов руками и ногами в единоборствах.	4	2	2	0
8	Техника атакующих действий борьбы в стойке.	4	2	2	0
9	Методика обучения ударной технике контратакующих действий в единоборствах	4	2	2	0
10	Проявление физических качеств в ударных видах единоборства.	4	2	2	0
11	Обучение технике контратакующих действий в борьбе в стойке.	3	1	2	0
12	Классификация технико-тактических действий в борьбе	2	0	2	0
13	Проявление физических качеств в различных видах борьбы.	2	0	2	0
14	Техника атакующих действий ударов ногами в единоборствах.	2	0	2	0
15	Техника атакующих действий борьбы в партере.	2	0	2	0
16	Техника защитных действий борьбы в стойке.	2	0	2	0
17	Техника защитных действий борьбы в партере.	1	0	1	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Сущность единоборств, его задачи и место в системе физического воспитания. Прикладное значение единоборств. Сведения о развитии единоборств в стране.	1
2	2	Определение понятий «классификация», «систематика», «терминология». Развитие и основные принципы построения классификации, систематики, терминологии. Международная терминология, иностранные термины в единоборствах.	1
3	3	Классификация элементов техники бокса: боевых стоек, ударов, передвижений, защит, боевых дистанции. Основные термины бокса. Требования к отечественной терминологии. Классификация спортсменов по возрастным группам, весовым категориям и спортивным разрядам.	1
4	4	Техника как система движений единоборца, критерии (количественные и качественные) эффективности техники. Стабильность и вариативность техники, ее стилевые особенности. Техника ударов, защит, контрударов и ложных действий на дальней, средней и ближней дистанциях. Техника комбинированных действий.	1
5	5	Основные понятия тактики единоборств. Элементы тактики: разведка, маскировка, подготовительные действия. Принятие и проведение решений в ходе ведения боя.	1
6	6	Методика обучения прямым ударам руками, ударам сбоку и снизу. Методика обучения прямым, боковым ударам ногами, ударам с разворота.	2
7	7	Методика обучения защитным действиям от прямых ударов руками от ударов руками сбоку и снизу. Методика обучения защитным действиям от прямых, боковых ударов ногами, от ударов с разворота.	2
8	8	Методика обучения броскам в стойке. Методика обучения удержаниям, болевым, переворотам в партере.	2

9	9	Методика обучения защитным действиям от захватов. Методика обучения уходам с болевых, удержаний.	2
10	10	Методика обучения контратакующим действиям от прямых ударов руками от ударов руками сбоку и снизу. Методика обучения контратакующим действиям от прямых, боковых ударов ногами, от ударов с разворота. Методика обучения контратакующим действиям от бросков в стойке. Методика контратакующим действиям в партере.	2
11	11	Характеристика физических качеств единоборца: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, координации.	1

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Основные понятия тактики единоборств.	1
2	2	Элементы тактики: разведка, маскировка, подготовительные действия. Принятие и проведение решений в ходе ведения боя.	2
3	3	Методика обучения стойкам, передвижениям в единоборствах. Обучение стойкам и перемещениям обычным шагом, приставным шагом. скачками.	2
4	4	Обучение технике прямых, боковых ударов руками и ударов снизу.	2
5	5	История развития единоборств.	2
6	6	Сочетание ударов руками в атакующих действиях. Обучение технике прямых, боковых ударов ногами и ударов снизу. Сочетание ударов ногами в атакующих действиях.	2
7	7	Обучение технике защит от прямых, боковых ударов руками и ударов снизу.	2
8	8	Комбинированные защиты от ударов руками. Обучение технике защит от прямых, боковых ударов ногами и ударов снизу. Комбинированные защиты от ударов ногами.	2
9	9	Методика обучения технике борьбы в партере	2
10	10	Методика обучения технике бросков через бедро, через плечо, подсадом.	2
11	11	Методика обучения подножкам и зацепам. Обучение удержаниям сбоку, поперек, со стороны головы. Обучения болевым приемам. поперек, сбоку.	2
12	12	Методика обучения защитным технико - тактическим действиям в борьбе стоя.	2
13	13	Методика обучения освобождения от захватов в борьбе стоя. Обучение уходам с удержаний поперек, сбоку, со стороны головы. Обучение срывов захватов и уходам при выполнении болевых приемов в партере.	2
14	14	Обучение встречным и ответным контратакующим действиям ударами руками. Обучения встречным и ответным контратакующим действиям ударами ногами.	2
15	15	Методика обучения контратакующим действием от бросков через бедро, плечо, передняя подножка. Методика обучения контратакующим действием от бросков зацепами.	2
16	16	Методика развития физических качеств единоборца: силы, быстроты, выносливости.	2
17	17	Методика развития физических качеств единоборца: ловкости, гибкости, координации.	1

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Методика обучения технике ударов ногами	Салугин, Ф.В. Подготовка спортсменов высокой квалификации в кикбоксинге : учеб. пособие. [Электронный ресурс] / Ф.В. Салугин, М.Х. Спатаева, В.Г. Турманидзе, В.Г. Турманидзе. — Электрон. дан. — Омск : ОмГУ, 2016. — 74 с. (Глава 1, стр 12-35).	7	6
Тактические формы ведения схватки в борьбе.	Романов Ю.Н. Тактическая подготовка в единоборствах: учебное пособие / Ю.Н. Романов, Е.Ю. Савиных, Е.В. Задорина. - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2019. - 84 с. (Глава 1, с. 6-53)	7	6
Основная терминология, используемая в единоборствах.	Санников, В.А. Теория и методика Бокса: учебное пособие. [Электронный ресурс] / В.А. Санников, В.В. Воропаев. — Электрон. дан. — М. : Физическая культура, 2006. — 261 с. (Глава 2, стр.101-152).	7	6
Подготовка к практическим занятиям	ЭУМД: №1 С. 7-25, №2 С. 15-33, №3 с. 10-27, №4 с. 35-44, №5 с. 23-45.	7	17,75
Подготовка к зачету	Шулика, Ю.А. Бокс. Теория и методика. [Электронный ресурс] / Ю.А. Шулика, А.А. Лавров. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2009. — 767 с. (Глава 1, стр 30-35)	7	18

6. Текущий контроль успеваемости, промежуточная аттестация

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	7	Бонус	Участие в соревнованиях по единоборствам	-	15	15 - стать призёром соревнований 10 - стать участником соревнований 5 - участие в судействе соревнований по единоборствам	зачет
2	7	Текущий контроль	Задание № 1	15	3	В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методик обучения, а также представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным	зачет

						суждением - 3 балла; В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методики обучения, а также представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 2 балла; В ответе на задание представлен только авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 1 балла; В ответе на задание не представлен авторский вариант методики обучения с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	
3	7	Текущий контроль	Задание № 2	15	3	В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта классификаций, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 3 балла; В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант схемы классификации, а также представлен авторский вариант схемы с обоснованием и собственным суждением - 2 балла; В ответе на задание представлен только авторский вариант схемы с обоснованием и собственным суждением - 1 балла; В ответе на задание не представлен авторский вариант схемы классификации с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	зачет
4	7	Текущий контроль	Задание № 3	15	3	В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методики обучения прямым ударам, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 3 балла; В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методики обучения, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 2 балла; В ответе на задание представлен только авторский вариант схемы с обоснованием и собственным суждением - 1 балла; В ответе на задание не представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	зачет
5	7	Текущий контроль	Задание № 4	15	3	В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методики обучений апперкотов, а также	зачет

						представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 3 балла; В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методики, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 2 балла; В ответе на задание представлен только авторский вариант схемы с обоснованием и собственным суждением - 1 балла; В ответе на задание не представлен авторский вариант классификации с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	
6	7	Текущий контроль	Задание № 5	15	3	В ответе на задание рассмотрены как минимум два варианта методики обучения боковым ударам, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 3 балла; В ответе на задание рассмотрен один стандартный вариант методики, а также представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 2 балла; В ответе на задание представлен только авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 1 балла; В ответе на задание не представлен авторский вариант с обоснованием и собственным суждением - 0 баллов	зачет
7	7	Текущий контроль	Опрос по теме № 1: Основные понятия о единоборствах	5	11	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
8	7	Текущий контроль	Опрос по теме № 2: Спортивные единоборства как социально-педагогическая система	5	9	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов.	зачет
9	7	Текущий контроль	Опрос по теме № 3: Отличительные особенности восточных единоборств (ВЕ).	5	5	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов.	зачет
10	7	Текущий контроль	Опрос по теме № 4: Классификация ВЕ.	5	5	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
11	7	Текущий контроль	Тест	10	20	Правильный ответ - 1 балл, неправильный - 0 баллов	зачет
12	7	Промежуточная	Зачёт	-	5	Порядок начисление баллов на зачете: При ответе на вопрос обучающийся	зачет

		аттестация			аргументированно и правильно излагает материал, опираясь на знания и жизненный опыт; приводит не менее трёх примеров, выражает собственное мнение и понимание по проблеме, сформулированной в вопросе; даёт развёрнутый ответ, выходящий за рамки лекционного материала; ответ ясен, конкретен, однозначен; ответ содержит чёткие формулировки всех определений, касающихся указанного вопроса - 2 балла; при ответе приводит два примера; мнение выражает формально, то есть с установкой согласен или несогласен; обучающийся поверхностно рассуждает на предложенную тему вопроса, отклоняется от основной проблемы, сформулированной в вопросе; при ответе есть неточности; демонстрирует только знание материалов лекций; ответы на вопрос содержат нечёткие, размытые формулировки определений, прямо касающихся указанного вопроса; речь обучающегося характеризуется бедностью словаря и однообразием грамматического строя речи - 1 балл; обучающийся при ответе на вопрос не выразил собственного мнения; не привёл аргументов; при ответе на вопрос уходит от темы при ответе на вопрос; на вопрос отвечает неправильно; демонстрирует незнание даже материала лекций; ответы неясны, неконкретны, содержат неправильные формулировки основных определений, прямо относящихся к вопросу, или вообще не может дать; демонстрирует низкое качество речи, которое существенно затрудняет понимание смысла его ответов - 0 баллов.	
--	--	------------	--	--	--	--

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Зачёт проводится в виде устного опроса. Студенту даётся 2 вопроса из списка. На подготовку выделяется не более 20 минут. Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и бонусного рейтинга. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4.	
--	--	--

6.3. Оценочные материалы

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ОПК-1	Знает: терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в единоборствах; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в единоборствах; виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в единоборствах					++	++	++	++	++		+	+
ОПК-1	Умеет: определять задачи учебно-тренировочного занятия по единоборствам; подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по единоборствам; подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по единоборствам в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся; раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; планировать содержание учебно-тренировочных занятий по единоборствам с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, санитарно-гигиенических условий					++	++	++	++	++		+	+
ОПК-1	Имеет практический опыт: планирования учебно-тренировочных занятий по единоборствам					++	++	++	++	++		+	+
ОПК-4	Знает: историю развития и современное состояние единоборств, их место и значение в физической культуре, науке и образовании; терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных соревнований дисциплин (упражнений) в единоборствах; цель, задачи и содержание курса единоборств; технику спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы техникой и тактической подготовки в единоборствах; методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в единоборствах; средства и методы физической подготовки в единоборствах; воспитательные возможности занятий единоборствами; специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по единоборствам; специфику деятельности специалиста по единоборствам в различных сферах физической культуры и спорта	+++							+++	++		+	+
ОПК-4	Умеет: применять методы организации деятельности занимающихся на занятиях по единоборствам с учетом материально-технических возможностей организации, возрастных особенностей занимающихся; использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по единоборствам в зависимости от поставленных	+++							+++	++		+	+

3. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта Учеб. пособие для вузов физ. культуры Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2001. - 478,[1] с. ил.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:
Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Еганов, В.А. Прикладное дзюдо на начальном этапе обучения : учебное пособие. – Челябинск : ЮУрГУ, 2010. – 59 с.
2. Романов Ю.Н. Тактическая подготовка в единоборствах: учебное пособие/ Ю.Н. Романов, Е.Ю. Савиных, Е.В. Задорина. - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2019, - 84 с.
3. Еганов В.А. Комплексная индивидуальная оценка подготовленности кикбоксеров: учебное пособие для студентов, аспирантов, спортсменов и тренеров. – Челябинск: ЮУрГУ, 2008. – 35 с.
4. Романов Ю.Н. Мониторинг психофизиологического потенциала кикбоксёров в многолетней системе интегральной подготовки: учебное пособие/ Ю.Н. Романов, А.С. Аминов, Л.А. Романова. - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2019. - 219 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Еганов, В.А. Прикладное дзюдо на начальном этапе обучения : учебное пособие. – Челябинск : ЮУрГУ, 2010. – 59 с.
2. Романов Ю.Н. Тактическая подготовка в единоборствах: учебное пособие/ Ю.Н. Романов, Е.Ю. Савиных, Е.В. Задорина. - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2019, - 84 с.
3. Еганов В.А. Комплексная индивидуальная оценка подготовленности кикбоксеров: учебное пособие для студентов, аспирантов, спортсменов и тренеров. – Челябинск: ЮУрГУ, 2008. – 35 с.
4. Романов Ю.Н. Мониторинг психофизиологического потенциала кикбоксёров в многолетней системе интегральной подготовки: учебное пособие/ Ю.Н. Романов, А.С. Аминов, Л.А. Романова. - Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2019. - 219 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Шулика, Ю.А. Бокс. Теория и методика. [Электронный ресурс] / Ю.А. Шулика, А.А. Лавров. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2009. — 767 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/4082 — Загл. с экрана.
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Санников, В.А. Теория и методика Бокса: учебное пособие. [Электронный ресурс] / В.А. Санников, В.В. Воропаев. — Электрон. дан. — М. : Физическая культура, 2006. — 261 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/9165 — Загл. с экрана.
3	Основная	Электронно-	Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо. [Электронный

	литература	библиотечная система издательства Лань	ресурс] / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2011. — 448 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/4110 — Загл. с экрана.
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Свищёв, И.Д. Комплексная оценка подготовленности спортсменов и тренеров в дзюдо. [Электронный ресурс] / И.Д. Свищёв, С.В. Ерегина. — Электрон. дан. — М. : Советский спорт, 2013. — 128 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/51923 — Загл. с экрана.
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Салугин, Ф.В. Подготовка спортсменов высокой квалификации в кикбоксинге : учеб. пособие. [Электронный ресурс] / Ф.В. Салугин, М.Х. Спатаева, В.Г. Турманидзе, В.Г. Турманидзе. — Электрон. дан. — Омск : ОмГУ, 2016. — 74 с. — Режим доступа: http://e.lanbook.com/book/89966 — Загл. с экрана.

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных polpred (обзор СМИ)(бессрочно)
2. ООО "ГарантУралСервис"-Гарант(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	302 (6)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь, микрофон, колонки, экран, проектор
Самостоятельная работа студента	01 (1)	Автоматизированное рабочее место: системный блок, монитор, клавиатура, мышь
Практические занятия и семинары	120 (ДС)	Основное оборудование: ринг на помосте 7 x 7 метров, мешки боксёрские, груши, скакалки, набивные мячи, панорамное зеркало, два мягких покрытия 9 x 9 м, 5 x 5 м.
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Системный блок, монитор, клавиатура, мышь