Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Новокузнецкий институт (филиал)

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»
Декан ФФКЕП
В.А. Рябов
«08» апреля 2020 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ДВ.02.02 Единоборства

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура

Программа
бакалавриата

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
заочная

Год набора 2019

Новокузнецк 2020

Лист внесения изменений

в РПД *Б1.В.ДВ.02.02 Единоборства*

(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета
(протокол Ученого совета факультета № 6а от 12.03.2020 г.)
на 2019 год набора
Одобрена на заседании методической комиссии факультета
протокол методической комиссии факультета № 5 от 27.02.2020 г.)
Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры
протокол № 5 от 28.01.2020 г. Артемьев А.А. *(Ф. И.О. зав. кафедрой)*

Оглавление

1 Цель дисциплины. 4
1.1 Формируемые компетенции 4
1.2 Индикаторы достижения компетенций 4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине 5
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации. 6
3 Учебно-тематический план и содержание дисциплины. 7
3.1 Учебно-тематический план 7
3.2 Содержание занятий по видам учебной работы 8
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации. 9
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины. 10
5.1 Учебная литература 10
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. 11
6 Иные сведения и (или) материалы. 11
6.1 Примерные темы письменных учебных работ 11
6.2 Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации 12

1 Цель дисциплины.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата (далее - ОПОП): ПК-2, ПК-3.

Содержание компетенций как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции *(универсальная, общепрофессиональная, профессиональная)*	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
Профессиональная		ПК-2 Способен владеть физкультурно-спортивными видами для организации и управления педагогическим процессом по физической культуре
Профессиональная		ПК-3 Способен применять современные методики и технологии обучения и воспитания для преподавания физической культуры

1.2 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ПК-2 Способен владеть физкультурно-спортивными видами для организации и управления педагогическим процессом по физической культуре	ПК.2.1. Владеет знаниями теоретических и методических основ дисциплин, необходимых для организации педагогического процесса. ПК.2.2. Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительного образования по физической культуре. ПК.2.3. Владеет методиками преподавания, основными принципы деятельностного подхода, видами и приемами современных педагогических технологий в сфере физической культуры. ПК.2.4. Владеет навыками	Б1.В.04 Профессионально-прикладная подготовка будущего учителя физической культуры Б1.В.08 Организационно-управленческая деятельность педагога физической культуры Б1.В.10 Двигательная активность и профилактика гиподинамии Б1.В.ДВ.01.01 Фитнес Б1.В.ДВ.01.02 Атлетизм Б1.В.ДВ.02.01 Физкультурно-спортивные сооружения Б2.В.01(П) Производственная практика. Преддипломная практика ФТД.02 Туризм и спортивное ориентирование

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
	планирования и контроля для организации педагогического процесса по физической культуре.	
ПК-3 Способен применять современные методики и технологии обучения и воспитания для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных видах.	Б1.В.02 Научно-исследовательская работа с обучающимися по физической культуре Б1.В.04 Профессионально-прикладная подготовка будущего учителя физической культуры Б1.В.07 Мониторинг физического состояния обучающихся Б1.В.10 Двигательная активность и профилактика гиподинамии Б1.В.ДВ.01.01 Фитнес Б1.В.ДВ.01.02 Атлетизм Б1.В.ДВ.02.01 Физкультурно-спортивные сооружения Б2.В.01(П) Производственная практика. Преддипломная практика ФТД.02 Туризм и спортивное ориентирование

1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ПК-2 Способен владеть физкультурно-спортивными видами для организации и управления педагогическим процессом по физической культуре	ПК.2.1. Владеет знаниями теоретических и методических основ дисциплин, необходимых для организации педагогического процесса. ПК.2.2. Умеет осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительного образования по физической культуре. ПК.2.3. Владеет методиками преподавания, основными принципы деятельностного подхода, видами и приемами современных	Знает: - основы единоборств в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач образовательного процесса. Умеет: - использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и дополнительного образования по физической культуре. Владеет: - современными методиками и технологиями в области физической культуры для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и восточных единоборств. Владеет: - содержанием образовательных программ, современных методик и

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
	педагогических технологий в сфере физической культуры. ПК.2.4. Владеет навыками планирования и контроля для организации педагогического процесса по физической культуре.	технологий для организации физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности в восточных единоборствах.
ПК-3 Способен применять современные методики и технологии обучения и воспитания для преподавания физической культуры	ПК.3.1.Знает современные технологии преподавания физической культуры. ПК.3.2.Умеет использовать совокупность средств, методов и методических приемов для решения педагогических задач в учебно-тренировочном процессе. ПК.3.3.Владеет методиками обучения и воспитания в сфере физической культуры. ПК.3.4.Владеет навыками применения современных методик и технологий построения учебного и тренировочного процесса в различных физкультурно-спортивных видах.	Знает: - технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии в восточных единоборствах. Умеет: -рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе по восточным единоборствам. Владеет: -методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся в восточных единоборствах.

2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения		
	ОФО	ОЗФО	ЗФО
1 Общая трудоемкость дисциплины			72
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)			14
Аудиторная работа (всего):			14
в том числе:			
лекции			6
практические занятия, семинары			8
практикумы			
лабораторные работы			
в интерактивной форме			4
в электронной форме			
Внеаудиторная работа (всего):			
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем			

подготовка курсовой работы /контактная работа			
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем*)*			
творческая работа (эссе)			
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)			54
4 Промежуточная аттестация обучающегося - экзамен /зачет с оценкой / зачет *(указать форму и № семестра в отдельной строке)* и объём часов, выделенный на промежуточную аттестацию:			зачет - 4

3 Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план заочной формы обучения

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ		лекц.	практ.		
Установочная сессия									
1	История возникновения единоборств	36				2		34	
ИТОГО по установочной сессии		36				2		34	
Зимняя сессия 4 курс									
1	Основы единоборств. Характеристика различных видов и школ единоборств. Роль единоборств в морально-этическом воспитании занимающихся.	8				4		4	
2	Современные методики обучения основным элементам в различных видах единоборств.	6					2	4	
3	Технологии обучения двигательным действиям: обучение технике борьбы в различных стойках, построение, комбинации бросков, тактика построения поединка.	6					2	4	
4	Технические и тактические навыки тренировочной и соревновательной деятельность в единоборствах. Формы организации занятий в единоборствах.	6					2	4	
5	Организация и проведение соревнований в различных видах	6					2	4	

№ п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмкость *(всего час.)*	Трудоемкость занятий (час.)						Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	практ		лекц.	практ.		
	единоборств. Современная методика судейства.								
	Промежуточная аттестация	4							Зачет
ИТОГО по зимней сессии 3 курс		36				4	8	20	
	Всего:	72				4	8	54	

3.2 Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
Установочная сессия		
Содержание лекционного курса		
1	История возникновения единоборств	Введение в предмет. Виды единоборств. История возникновения различных видов единоборств. Национальные виды единоборств.
Зимняя сессия 4 курс		
Содержание лекционного курса		
1	Основы единоборств. Характеристика различных видов и школ единоборств. Роль единоборств в морально-этическом воспитании занимающихся.	Основы единоборств в системе физкультурно-спортивной работы. Характеристика различных видов единоборств, их место в системе физкультурно-спортивной работе. Знания, умения и навыки в области единоборств и их место в структуре деятельности педагога по физкультуре и спорту. Основные понятия и терминология единоборств. Характеристика различных видов единоборств как эффективного средства физического воспитания. Влияние комплекса упражнений различных видов единоборств на организм занимающихся. Физические качества занимающихся единоборствами и морфо-функциональные особенности. Морально-этическое воспитание занимающихся в занятиях единоборствами, отказ от вредных привычек.
Содержание практических занятий		
1	Современные методики обучения основным элементам в различных видах единоборств.	Единоборства: дидактические принципы обучения. Характеристика средств и методов обучения основным элементам в единоборствах. Средства и методы обучения на отдельных этапах. Учет возрастных особенностей и подготовленности занимающихся в процессе обучения единоборствам. Обучение базовой ударной технике в таэквондо: удары, защитные комбинации, контр-действия. Правила соревнований. Обучение базовым понятиям в дзюдо: стойки, взаиморасположения, передвижения, выведения

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
		из равновесия, захваты. Обучение базовой ударной технике в кикбоксинге: удары, защитные комбинации, контр-действия. Правила соревнований.
2	Технологии обучения двигательным действиям: обучение технике борьбы в различных стойках, построение, комбинации бросков, тактика построения поединка.	Технологии обучения технике и тактике единоборств, борьба в стойке и в партере. Этапы обучения технике борьбы. Типичные комбинации технических действий в единоборствах. Обучение техническим действиям 6-го «КЮ» бросок через бедро скручиванием, удержание сбоку захватом туловища, двух переворотов в партере под рывок («УКЕ» в высоком партере, «тори» сбоку).
3	Технические и тактические навыки тренировочной и соревновательной деятельность в единоборствах. Формы организации занятий в единоборствах.	Использовать практические навыки при тренировке и тренировочной деятельности. Связь тренировки с модельными характеристиками спортсменов. Компоненты тренировки – виды подготовки: техническая, физическая, теоретическая, тактическая, психологическая, комплексно-целостная, или интегральная. Взаимосвязь тренировочной и соревновательной деятельности. Обучение навыкам единоборств на уроке физической культуры в школе. Учебно-тренировочные занятия: задачи, средства и методы. Спортклассы, ДЮСШ, спортклубы и др. формы организации занятий единоборствами.
4	Организация и проведение соревнований в различных видах единоборств. Современная методика судейства.	Структура соревнований по единоборствам в возрастном аспекте и по уровню квалификации. Использовать теоретические и практические знания при планировании соревнований. Особенности правил соревнований по различным видам единоборств. Современные методики судейства. Организация соревнований в восточных единоборствах, документы для проведения соревнований.
	Промежуточная аттестация - зачет	

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	**80**	Лекционные занятия (конспект) (2 занятия)	**1 балл -** посещение 1 лекционного занятия	1-2
		Лабораторные занятия (8 занятий)	**2 балла** - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-100%	6-16
		Входной контроль	**26 баллов** - процент правильных ответов 80-100%; **18 баллов** - процент правильных	10-26

			ответов 65-79,9%; **10 баллов** - процент правильных ответов 50-64,9%; **0 баллов** - процент правильных ответов менее 50%.	
		Текущий контроль	**26 баллов** - процент правильных ответов 80-100%; **18 баллов** - процент правильных ответов 65-79,9%; **10 баллов** - процент правильных ответов 50-64,9%; **0 баллов** - процент правильных ответов менее 50%.	10-26
		Реферат	**4 балла** (пороговое значение) **10 баллов** (максимальное значение)	4 - 10
Итого по текущей работе в семестре				31 - 80
Итого по промежуточной аттестации (зачет)				20 б.
Суммарная оценка по дисциплине:		Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации		51 – 100 б.

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Литвинов, С. А. Каратэ : учебное пособие для академического бакалавриата / С. А. Литвинов. – 2-е издание, испр. и доп. – Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2019. – 183 с. – (Серия : Бакалавр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-08900-4. – URL: https://biblio-online.ru/book/karate-426681 (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

2. Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба : учебник для академического бакалавриата / И. А. Письменский. – Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2019. – 264 с. – (Серия : Бакалавр. Академический курс). – ISBN 978-5-534-05910-6. – URL: https://biblio-online.ru/book/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta-sportivnaya-borba-441593 (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

1. Кузнецов, В. С. Прикладная физическая подготовка : 10-11 классы : учебно-методическое пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва: ВЛАДОС-Пресс, 2003. – 183, [1] с. : ил. – (Основы безопасности жизнедеятельности). – Библиогр.: с. 182. – ISBN 5305000335. - Текст : непосредственный.

2. Матущак, П. Ф. 100 уроков вольной борьбы : учебное пособие / П. Ф. Матущак. – Электронные текстовые данные. – Москва : ИНФРА-М, 2011. – 292 с. ISBN 978-5-16-004421-7. – URL: http://znanium.com/catalog/product/206099 (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Таблица 8 - Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным	Адрес (местоположение) помещений для

планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения	проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом (в случае реализации образовательной программы в сетевой форме дополнительно указывается наименование организации, с которой заключен договор)
223 Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения: - занятий лекционного типа; - занятийсеминарского (практического) типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья. Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор. Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по сублицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6
121 Зал гимнастики. Учебная аудитория для проведения: - занятий практического типа; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: скамьи гимнастические (4 шт). Оборудование: бревно гимнастическое (2 шт.), брусья гимнастические (2 шт.), брусья разновысокие (1 шт.), дорожка резиновая (1 шт.) , козел гимнастический (1 шт.), конь гимнастический (3 шт.), дорожки гимнастические (6 шт.), ковер гимнастический (1 шт.), мат гимнастический (6 шт.), музыкальный центр, спортивный инвентарь (гантели виниловые, обручи, бодибары, скакалки, мячи и др.).	654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ , г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

Информационный сайт «SuperKarateRU» https://superkarate.ru/

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1 Примерные темы письменных учебных работ

Темы рефератов

1.Общность и различия в философско-духовных, аспектах боевых искусств Японии, Китая, Кореи.
2. Боевые искусства как способ духовно-нравственного совершенствования личности (на примере традиционных китайских, японских и корейских единоборств).
3. Точки преломления буддизма в развитии боевых искусств.
4. Синтоизм как стержневая основа ряда боевых искусств.
5. Конфуцианство как составляющая философии боевых искусств.
6. Боевые искусства в системе координат даосизма.
7. Боевые искусства и религиозные течения Китая, Японии и Кореи.
8. Боевые искусства востока в народных этносах (на примере китайских, японских и корейских единоборств).
9. Боевые искусства в современной жизни Китая, Японии и Кореи.
10.Боевые искусства как способ воспитания гармонично развитой личности.
11.Боевые искусства в современной России.
12.Бусидо – японский путь воина. Основа современного японского мировоззрения. Анализ и комментарии.
13.Основные принципы двигательных действий в боевых искусствах.
14.Анатомия в боевых искусствах.
15.Особенности психологической подготовки в современных единоборствах.

6.2 Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Зимняя сессия 4 курса – зачет

Таблица 9 - Примерные теоретические вопросы и практические задания к зачету

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
Единоборства		
1. Основы единоборств. Характеристика различных видов и школ единоборств. Роль единоборств в морально-этическом воспитании занимающихся. 2. Современные методики обучения основным элементам в различных видах единоборств.	1. Особенности методики обучения различным видам единоборств. 2. Единоборства – духовное и физическое воспитание занимающихся. 3.Организация судейства и проведение соревнований по различным видам единоборств. 4. Выявление эффективных средств и методов развития основных физических качеств в единоборствах. 5.Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в зависимости от возрастных особенностей занимающихся. 6.Зарождение и развитие в России кикбоксинга, каратэ, сумо и других видов единоборств. 7. Организация и проведение занятий по новым видам единоборств.	

3. Технологии обучения двигательным действиям: обучение технике борьбы в различных стойках, построение, комбинации бросков, тактика построения поединка. 4. Технические и тактические навыки тренировочной и соревновательной деятельность в единоборствах. Формы организации занятий в единоборствах. 5. Организация и проведение соревнований в различных видах единоборств. Современная методика судейства.	8. Задачи и содержание учебно-тренировочного процесса по новым видам единоборств. 9. Воспитательный характер обучения и тренировки в спортивной борьбе. 10.Дать определения понятиям «техника и тактика». Обучение приемам техники и тактики и их совершенствование в процессе занятий. 11.Планирование круглогодичного учебно-тренировочного процесса по циклам и периодам. 12. Правила судейства, система проведения соревнований. 13. Содержание, формы, организации и методика занятий по новым видам единоборств в школе и в других учебных заведениях. 14. Урок как основная форма организации занятий по новым видам единоборств с детьми среднего и старшего школьного возраста. 15. Подготовка места занятий по борьбе в школе.	

Составитель (и): Похоруков О. Ю., к.п.н., доцент кафедры ФКС
(*фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей)*)