

**Частная образовательная организация  
высшего образования  
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»  
(ЧОО ВО СПИ)**

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**УТВЕРЖДАЮ**  
**Проректор**  
**ЧОО ВО СПИ**  
**З.Н.Касумова**  
**2018г.**

**АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе  
дисциплины «Отечественные виды единоборств»  
индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – Б1.В.ДВ.12.1

Направление подготовки  
**44.03.01 Педагогическое образование,**  
профиль:  
**«Физическая культура»**

**Год начала подготовки по УП- 2017**

**Дербент 2018**

## Цель курса:

Программа курса предусматривает изучение вопросов теории и методики спортивных игр, овладение техническими приемами и тактическими действиями, приобретение необходимых знаний и умений для самостоятельной работы преподавателя-тренера с различным контингентом занимающихся.

## Задачи курса:

Задачей учебной дисциплины «**Отечественные виды единоборств**» – содействовать формированию у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту на предметной основе той или иной спортивной игры. Конечная цель – обучение не только приемам игры, что тоже очень важно, а «обучение профессиональной деятельности», опираясь на специфику спортивных игр, конкретный учебный материал.

## Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

№ п/п	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			знать	уметь	Владеть навыками
1.	СК-7	способен организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования	основы истории развития физической культуры в России (в СССР); особенности развития избранного вида спорта; педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем	технически правильно осуществлять и выполнять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных	выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивно и (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; выполнять

			занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;	особенностей организма;	акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх; управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
--	--	--	---	-------------------------	--

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина «**Отечественные виды единоборств**» является дисциплиной по выбору и относится к вариативной части Блока 1 **Б1.В.ДВ.12.1**.

Областями профессиональной деятельности бакалавров, на которые ориентирует дисциплина «**Отечественные виды единоборств**» является образование, социальная сфера.

При изучении дисциплины студенты опираются на знания, полученные в результате освоения следующих дисциплин: «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика легкой атлетики», «Основы мед знаний и здорового образа жизни», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Биомеханика», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Практические занятия по виду спорта».

Курс «Отечественные виды единоборств» наряду с другими базовыми предметами учебного плана обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные

школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Цикл дисциплины направлен на то, чтобы вооружить студентов на базовые знания методов и средств физического воспитания, в частности спортивных и подвижных игр, в сочетании с теоретическими дисциплинами и в контексте с будущей целостной профессиональной деятельности.

Профильной для данной дисциплины является профессиональная деятельность бакалавров. Дисциплина готовит к решению следующих задач профессиональной деятельности:

в области педагогической деятельности:

- организация обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и отражающих специфику предметной области;

- организация взаимодействия с общественными и образовательными организациями, детскими коллективами и родителями для решения задач в профессиональной деятельности;

- использование возможностей образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с использованием информационных технологий;

- осуществление профессионального самообразования и личностного роста, проектирование дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры;

в области культурно-просветительской деятельности:

- изучение и формирование потребностей детей и взрослых в культурно-просветительской деятельности;

- организация культурного пространства;

- разработка и реализация культурно-просветительских программ для различных социальных групп;

- популяризация профессиональной области знаний общества.

#### **Краткое содержание дисциплины:**

<p>Основы знаний о физической культуре.</p>	<p>Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка. Олимпийские игры древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх. Основные этапы развития физической культуры в России.</p>
<p>Определение изучаемых видов спортивной борьбы и их характеристика</p>	<p>Задачи дисциплины «ОВЕ». История спортивной борьбы. Развитие спортивных видов борьбы в СССР, РФ. ФИЛА. Состояние и перспективы развития борьбы в мире.</p>
<p>Классификация, систематика и терминология борьбы.</p>	<p>Основные понятия в единоборствах, оценки в вольной и Греко-римской борьбе. Элементы единоборств на уроках физкультуры в общеобразовательной школе.</p>
<p>Характеристика отечественных видов единоборств.</p>	<p>Правила поведения и запрещённые приёмы в вольной и Греко-римской борьбе. Элементы единоборств, изучаемые на уроках физической культуры.</p>
<p>Особенности построения и планирования уроков с элементами борьбы.</p>	<p>Схема распределения учебного времени. Оценка технических действий и работа судьи на ковре. Совершенствование и повторение изученного материала</p>

	в условиях учебной и учебно-тренировочной схватки.
Строевые (порядковые) упражнения.	Передвижения, стойки, захваты, способы освобождения захватов, маневрирования, упражнения на преодоление сопротивления противника, перевороты противника из партера на лопатки, броски – задняя подножка, через бедро, через плечо, контрприёмы против указанных технических действий.
Спортивно-игровой метод.	Игры с элементами единоборств. Борьба за контроль над противником из равных стартовых условий, борьба за один выигрышный бал.

**Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 72 часа.**