

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Уайблатманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.05.2024 14:47:31  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики единоборств

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.

«27» апреля 2023 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность (Б1.О.34.01)**

<b>Направление подготовки</b>	<i>49.03.04 Спорт</i>
<b>Направленность (профиль) программы бакалавриата</b>	<i>«Спортивная подготовка в единоборствах. Тренерско-преподавательская деятельность в образовании»</i>
<b>Квалификация выпускника</b>	<i>Тренер по виду спорта. Преподаватель</i>
<b>Год начала подготовки (по учебному плану)</b>	<i>2023</i>
<b>Форма обучения, семестр</b>	<i>очная: 1 семестр заочная: 1,2 семестр</i>
<b>Трудоёмкость по рабочему учебному плану</b>	<i>зачётных единиц: 2 часов: 72</i>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<i>зачет</i>

Разработчик рабочей программы:

Зекрин А.Ф., к.п.н.,  
доцент

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ТиМЕ

Протокол от «11» апреля 2023 г.  
№ 32.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС

Протокол от «26» апреля 2023 г.  
№ 9.

## 1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающихся знаний, умений и навыков в области истории, терминологии, классификации единоборств, основ профессиональной деятельности тренера по единоборствам, а также правомерности применения приемов спортивных единоборств и особенности мотивации к занятиям единоборствами.

### 1.2 Задачи дисциплины

- ознакомить с историей, терминологией, классификацией, систематикой единоборств;
- изучить особенности мотивации к занятиям избранным видом спорта;
- сформировать представление об основах профессиональной деятельности тренера по единоборствам.

## 2 Перечень компетенций, формируемых в результате освоения дисциплины

Дисциплина «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность» относится к обязательной части блока «Дисциплины».

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность» направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и основной профессиональной образовательной программой:

Формируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенции
ОПК-3 Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования.	<b>ОПК-3.1</b> Знает средства, методы и приемы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; организацию и методику проведения занятий физической культурой и спортом. <b>ОПК-3.2</b> Умеет подбирать средства и методы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности для проведения занятий, составлять комплексы общеразвивающих упражнений. <b>ОПК-3.3</b> Владеет методикой проведения занятий физической культуры и спортом на основе комплексов общеразвивающих упражнений с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.
ОПК-10 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма.	<b>ОПК-10.1</b> Знает правила техники безопасности, профилактики травматизма. <b>ОПК-10.2</b> Умеет обеспечивать технику безопасности. <b>ОПК-10.3</b> Владеет навыками обеспечения безопасности при проведении занятий, физкультурных и спортивных мероприятий.
ПК-2 Способен организовывать деятельность обучающихся по освоению дополнительных общеобразовательных программ	<b>ПК-2.5</b> Умеет обеспечивать взаимодействие с родителями (законными представителями) обучающихся;
<i>Профессиональный стандарт 01.003 "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" / ОТФ:</i> А. Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам	

### 3 Объем дисциплины и виды учебной работы

#### 3.1 Объем дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах	
		1 семестр	Всего
1	Контактная работа	36	36
1.1	Занятия лекционного типа	12	12
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	24/0	24/0
2	Самостоятельная работа / в том числе подготовка к промежуточной аттестации	36/0	36/0
3	Промежуточная аттестация – зачет	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	<i>в академических часах</i> 72	72
		<i>в зачетных единицах</i> 2	2

#### 3.2 Объем дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

№	Виды учебной работы	Трудоемкость в часах		
		1 семестр	2 семестр	Всего
1	Контактная работа	4	4	8
1.1	Занятия лекционного типа	4	0	4
1.2	Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и др.) / в т.ч. в форме практической подготовки	0/0	4/0	4/0
2	Самостоятельная работа / в том числе контрольная работа и подготовка к промежуточной аттестации	32/0	32/19	64/19
3	Промежуточная аттестация – зачет	-	+	+
4	Всего трудоемкость дисциплины:	<i>академических часах</i> 36	36	72
		<i>в зачетных единицах</i> 1	1	2

### 4 Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для текущего контроля и проведения промежуточной аттестации обучающихся оформлен как Приложение № 1 к рабочей программе дисциплины.

### 5. Структура и содержание дисциплины

#### 5.1 Модульный тематический план

##### 5.1.1 Модульный тематический план (очная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах
		Контактная работа		Самостоятельная работа		
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
		всего	в т.ч. в форме практической подготовки			
1	Введение в дисциплину	2	2	0	4	8
2	Общая характеристика единоборств	2	2	0	4	8
3	История возникновения и развития единоборств	2	4	0	4	10

4	Терминология, классификация и систематика единоборств	2	4	0	6	12
5	Модель профессиональной деятельности тренера	2	4	0	6	12
6	Мотивация к занятиям избранным видом спорта	2	4	0	6	12
7	Правомерность применения приемов избранного вида спорта	0	4	0	6	10
Итого:		12	24	0	36	72

### 5.1.2 Модульный тематический план (заочная форма обучения)

№ темы	Темы дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость в часах				Трудоемкость в часах
		Контактная работа			Самостоятельная работа	
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
			всего	в т.ч. в форме практической подготовки		
1 семестр						
1	Введение в дисциплину	2	0	0	8	10
2	Общая характеристика единоборств	2	0	0	8	10
3	История возникновения и развития единоборств	0	0	0	8	8
4	Терминология, классификация и систематика единоборств	0	0	0	8	8
Итого за 1 семестр:		4	0	0	32	36
2 семестр						
5	Модель профессиональной деятельности тренера	0	0	0	10	10
6	Мотивация к занятиям избранным видом спорта	0	2	0	10	12
7	Правомерность применения приемов избранного вида спорта	0	2	0	12	14
Итого за 2 семестр:		0	4	0	32	36
Итого:		4	4	0	64	72

Особенности проведения занятий, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья отражены в Положении об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

## 5.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины

### 5.2.1 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (очная форма обучения)

№ темы	Содержание
	<i>Тема Введение в дисциплину</i>
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Предмет, задачи, содержание и зачетные требования дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность». Объем знаний, умений, навыков; требования к тренеру по спортивным единоборствам. Учебный план и его особенности. Порядок обучения. Требования к учебной, научной, спортивной и общественной деятельности студентов кафедры ТиМЕ.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Характеристика основных разделов содержания дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность» в части истории, терминологии, классификации, правомерности применения приемов единоборств и мотивации к занятиям избранным видом спорта, а также в изучении модельных характеристик профессиональной деятельности тренера по единоборствам.

	<i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: Сравнительная характеристика видов единоборств»; определение базовых понятий темы. Примеры, характеризующие профессиональную деятельность тренера.
2	<i>Тема Общая характеристика единоборств</i>
	<i>Занятие лекционного типа 2.</i> Общая классификация единоборств. Классификация видов единоборств. Классификация видов ударных единоборств. Классификация видов смешанных единоборств.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Характеристика видов единоборцевских единоборств. Характеристика ударных единоборств. Характеристика смешанных единоборств. Особенности проведения поединков в различных видах единоборств. Основные правила соревнований. Основная терминология. Точечные оценки. Метод моментов. Интервальные оценки. Доверительный интервал и доверительная вероятность.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Классификация единоборств. Подготовка докладов по теме «Особенности проведения поединков в ИВС».
3	<i>Тема История возникновения и развития единоборств</i>
	<i>Занятие лекционного типа 3.</i> Возникновение и развитие спортивных единоборств. Возникновение и развитие ударных единоборств. Место единоборств в системе ценностей развитых цивилизаций Древнего Мира (китайской, индийской, иранской, египетской). Афинская система воинского воспитания - наиболее развитая система боевой и физической подготовки в древней Европе. Палестрика и орхестрика. Основные виды упражнений, входивших в состав афинской системы. Спартанское воинское воспитание. Характерные черты и цели спартанской системы подготовки молодежи. Зарождение гладиаторских боев как вида зрелищ в древнем Риме в конце эпохи республики и в эпоху империи для развлечения граждан. Система физической подготовки гладиаторов. Боевые искусства народов Востока (Индия, Китай, Япония, Корея, Вьетнам). Школы и направления, философские и нравственные аспекты различных боевых искусств. Развитие единоборств в Европе в Средние Века.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 3.</i> Национальные виды единоборств России. Виды единоборств Средней Азии: узбекская «кураш», казахская «курес», киргизская и таджикская «куреш», «гуштингири». Виды национальной единоборств Закавказья: армянская «кох», азербайджанская «гулеш», грузинская «чидаоба». Виды единоборств народов России: русская «в схватку» и «не в схватку», тувинская «хуреш», якутская «хапсагай» и «курда-цан-густу», татаро-башкирская «кураш». Национальные виды ударных единоборств. Появление и становление рукопашного боя.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 4.</i> Международные виды спортивной единоборств: греко-римская, вольная, дзюдо, самбо. Достижения отечественных единоборцев на международной арене: Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы. Основные этапы развития спортивной единоборств. Роль личностей в создании и развитии единоборств. Вхождение спортивной единоборств в ФИЛА. Создание международной федерации любительской единоборств - ФИАС. История развития каратэ, кикбоксинга и тайского бокса в нашей стране. Место единоборств в отечественной системе физического воспитания. Воспитательная, оздоровительная и образовательная роль. Прикладные аспекты единоборств. Совершенствование системы спортивной единоборств, поиск новых направлений ее развития. Разработка системы подготовки и проведения соревнований по спортивным единоборствам. Основные тенденции развития спортивных единоборств. Место ударных единоборств в отечественной системе физического воспитания. Воспитательная, оздоровительная и образовательная роль. Прикладные аспекты ударных единоборств. Совершенствование системы ударных единоборств, поиск новых направлений развития. Разработка системы подготовки и проведения соревнований по ударным единоборствам. Основные тенденции развития ударных единоборств.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: подготовка докладов по теме «История возникновения и развития ИВС». Особенности борьбы, ударных и смешанных единоборств.
4	<i>Тема Терминология, классификация и систематика единоборств</i>
	<i>Занятие лекционного типа 4.</i> Определение понятий: классификация, систематика, терминология. Взаимосвязь этих понятий. Основные принципы классификации и систематики. Требования к построению систем Естественная и искусственная классификация. Функциональные системы. Понятия «агрегат» и «конгломерат». Основные признаки и требования к системам. Систематизация и классификация. Видовые и родовые признаки. <i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 5.</i> Классификация видов единоборств. Всероссийская единая классификация. Классификация спортсменов по возрасту, весу, полу, спортивной подготовленности, принадлежности к спортивным клубам. Классификация видов

	ударных единоборств. Классификация спортсменов по возрасту, весу, полу, спортивной подготовленности, принадлежности к спортивным клубам.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 6.</i> Общая классификация техники единоборств. Классификация техники приемов единоборств в стойке. Классификация техники приемов единоборств в партере. Общая классификация техники ударных единоборств. Классификация техники приемов в избранном виде ударных единоборств. Терминология. Термины и их значение в обучении. Требования к терминам и их определениям. Построение терминов. Определение основных терминов.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Определение понятий «классификация», «систематика», «терминология»; конспект классификации А.П. Купцова, Г.В. Гончарова, Н.М. Галковского; Особенности терминологии разных видах единоборств.
	<i>Тема Модель профессиональной деятельности тренера</i>
	<i>Занятие лекционного типа 5.</i> Личностные качества тренера: идейно-политические, нравственные, общественные и профессиональные. Тренер как педагог и воспитатель: творческая система «тренер-единоборец»; взаимоотношение «тренер-коллектив». Способы управления коллективом: авторитарный, либеральный, демократический. Функции тренера: воспитание, обучение, учет, контроль, планирование, организация, совершенствование.
5	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 7.</i> Педагогические особенности тренера: экспрессивная, дидактическая, перцептивная, академическая, коммуникативная, психомоторная, личностная, организаторская, наблюдательная, мажорная, конструктивная, гностическая, исследовательская. Способы их развития.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 8.</i> Способы регулирования взаимоотношений тренера с коллегами, администрацией, работниками хозяйственного обеспечения, врачами, судьями, родителями учеников, спортсменами. Завоевание авторитета. Группы тренеров по единоборствам. Функции профессиональной деятельности. Управление подготовкой спортсменов. Результативность работы тренеров. Совершенствование профессиональных знаний, умений и навыков. Научная организация трудовой деятельности тренера.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: примеры реализации функций тренера из спортивной практики единоборств. Профессиональные качества тренера.
	<i>Тема Мотивация к занятиям избранным видом спорта</i>
	<i>Занятие лекционного типа 6.</i> Соотношение понятий «мотив», «мотивация», «деятельность». Значение мотивации в избранном виде спорта. Классификация мотивов. Особенности мотивации спортсменов.
6	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 9.</i> Проявление мотивации в различных видах спорта. Управление формированием мотивации спортивной деятельности.
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 10.</i> Методы диагностики мотивационно-потребностной сферы личности единоборца. Методика «Определение мотивов учения». Методика диагностики личности на мотивацию к успеху. Методика диагностики личности на мотивацию.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Определение понятий «мотив», «мотивация», «деятельность». Характеристика мотивов. Конспект опросников диагностических методик «Мотивация на успех» и «Мотивация на избегание неудач».
	<i>Тема Правомерность применения приемов избранного вида спорта</i>
	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11.</i> Пределы необходимой самообороны. Возможность применения приемов с целью защиты чести и достоинства граждан от преступных посягательств.
7	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 12.</i> Применение приемов самообороны против подростков и женщин. Уголовная ответственность за применение приемов самозащиты.
	<i>Самостоятельная работа:</i> Конспект статей уголовного и административного кодекса, регламентирующих пределы состояния необходимой самообороны. Примеры практического обоснования правомерности применения приемов избранного вида спорта.

## 5.2.2 Содержание разделов и тем учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ темы	Содержание
	<i>1 семестр</i>
	<i>Тема Введение в дисциплину</i>
1	<i>Занятие лекционного типа 1.</i> Предмет, задачи, содержание и зачетные требования дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность». Объем знаний, умений, навыков; требования к тренеру по

	<p>спортивным единоборствам. Учебный план и его особенности. Порядок обучения. Требования к учебной, научной, спортивной и общественной деятельности студентов кафедры ТиМЕ.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: Сравнительная характеристика видов единоборств»; определение базовых понятий темы. Характеристика основных разделов содержания дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта: Введение в профессиональную деятельность» в части истории, терминологии, классификации, правомерности применения приемов единоборств и мотивации к занятиям избранным видом спорта, а также в изучении модельных характеристик профессиональной деятельности тренера по единоборствам. Примеры, характеризующие профессиональную деятельность тренера.</p>
2	<p><i>Тема Общая характеристика единоборств</i></p> <p><i>Занятие лекционного типа 2.</i> Общая классификация единоборств. Классификация видов единоборств. Классификация видов ударных единоборств. Классификация видов смешанных единоборств.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Характеристика видов единоборцевских единоборств. Характеристика ударных единоборств. Характеристика смешанных единоборств. Особенности проведения поединков в различных видах единоборств. Основные правила соревнований. Основная терминология. Точечные оценки. Метод моментов. Интервальные оценки. Доверительный интервал и доверительная вероятность. Классификация единоборств. Подготовка докладов по теме «Особенности проведения поединков в ИВС».</p>
3	<p><i>Тема История возникновения и развития единоборств</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Национальные виды единоборств России. Виды единоборств Средней Азии: узбекская «кураш», казахская «курес», киргизская и таджикская «куреш», «гуштингири». Виды национальной единоборств Закавказья: армянская «кох», азербайджанская «гулеш», грузинская «чидаоба». Виды единоборств народов России: русская «в схватку» и «не в схватку», тувинская «хуреш», якутская «хапсагай» и «курда-цан-тусту», татаро-башкирская «куряш». Национальные виды ударных единоборств. Появление и становление рукопашного боя. Международные виды спортивных единоборств: греко-римская, вольная, дзюдо, самбо. Достижения отечественных единоборцев на международной арене: Олимпийских играх, чемпионатах мира и Европы. Основные этапы развития спортивных единоборств. Роль личностей в создании и развитии единоборств. Вхождение спортивных единоборств в ФИЛА. Создание международной федерации любительской единоборств - ФИАС.</p> <p>История развития каратэ, кикбоксинга и тайского бокса в нашей стране. Место единоборств в отечественной системе физического воспитания. Воспитательная, оздоровительная и образовательная роль. Прикладные аспекты единоборств. Совершенствование системы спортивной единоборств, поиск новых направлений ее развития. Разработка системы подготовки и проведения соревнований по спортивным единоборствам. Основные тенденции развития спортивных единоборств.</p> <p>Место ударных единоборств в отечественной системе физического воспитания. Воспитательная, оздоровительная и образовательная роль. Прикладные аспекты ударных единоборств. Совершенствование системы ударных единоборств, поиск новых направлений развития. Разработка системы подготовки и проведения соревнований по ударным единоборствам. Основные тенденции развития ударных единоборств.</p> <p>Домашнее задание: подготовка докладов по теме «История возникновения и развития ИВС». Особенности борьбы, ударных и смешанных единоборств.</p>
4	<p><i>Тема Терминология, классификация и систематика единоборств</i></p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Определение понятий «классификация», «систематика», «терминология»; Классификация видов единоборств. Всероссийская единая классификация. Классификация спортсменов по возрасту, весу, полу, спортивной подготовленности, принадлежности к спортивным клубам.</p> <p>Классификация видов ударных единоборств. Классификация спортсменов по возрасту, весу, полу, спортивной подготовленности, принадлежности к спортивным клубам.</p> <p>Общая классификация техники единоборств. Классификация техники приемов единоборств в стойке. Классификация техники приемов единоборств в партере. Общая классификация техники ударных единоборств. Классификация техники приемов в избранном виде ударных единоборств.</p> <p>Терминология. Термины и их значение в обучении. Требования к терминам и их определениям. Построение терминов. Определение основных терминов.</p> <p>Особенности терминологии разных видах единоборств.</p>

<i>2 семестр</i>	
5	<i>Тема Модель профессиональной деятельности тренера</i>
	<p><i>Самостоятельная работа:</i> Личностные качества тренера: идейно-политические, нравственные, общественные и профессиональные. Тренер как педагог и воспитатель: творческая система «тренер-единоборец»; взаимоотношение «тренер-коллектив». Способы управления коллективом: авторитарный, либеральный, демократический.</p> <p>Функции тренера: воспитание, обучение, учет, контроль, планирование, организация, совершенствование.</p> <p>Педагогические особенности тренера: экспрессивная, дидактическая, перцептивная, академическая, коммуникативная, психомоторная, личностная, организаторская, наблюдательная, мажорная, конструктивная, гностическая, исследовательская. Способы их развития. Способы регулирования взаимоотношений тренера с коллегами, администрацией, работниками хозяйственного обеспечения, врачами, судьями, родителями учеников, спортсменами. Завоевание авторитета.</p> <p>Группы тренеров по единоборствам. Функции профессиональной деятельности. Управление подготовкой спортсменов. Результативность работы тренеров. Совершенствование профессиональных знаний, умений и навыков. Научная организация трудовой деятельности тренера.</p> <p>Домашнее задание: примеры реализации функций тренера из спортивной практики единоборств.</p> <p>Профессиональные качества тренера.</p>
6	<i>Тема Мотивация к занятиям избранным видом спорта</i>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 1.</i> Соотношение понятий «мотив», «мотивация», «деятельность». Значение мотивации в избранном виде спорта. Классификация мотивов. Особенности мотивации спортсменов. Проявление мотивации в различных видах спорта. Управление формированием мотивации спортивной деятельности.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Методы диагностики мотивационно-потребностной сферы личности единоборца. Методика «Определение мотивов учения». Методика диагностики личности на мотивацию к успеху. Методика диагностики личности на мотивацию.</p>
7	<i>Тема Правомерность применения приемов избранного вида спорта</i>
	<p><i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 2.</i> Пределы необходимой самообороны. Возможность применения приемов с целью защиты чести и достоинства граждан от преступных посягательств. Применение приемов самообороны против подростков и женщин. Уголовная ответственность за применение приемов самозащиты.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> Конспект статей уголовного и административного кодекса, регламентирующих пределы состояния необходимой самообороны. Примеры практического обоснования правомерности применения приемов избранного вида спорта.</p>

## **6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Рекомендуемая литература**

#### **6.1.1 Обязательная литература**

##### *Обязательная литература (ударные единоборства)*

1. Бокс. Теория и методика: учебник для вузов / Под общ. ред. Ю.А. Шулики, А.А. Лаврова. – М.: Советский спорт, 2009 + электр. ресурс ЭБС «IPRbooks».
2. Тайский бокс : учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / . — Москва : Человек, Олимпия Пресс, 2006. — 192 с. — ISBN 5-94299-075-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/27605.html>
3. Тактика атакующих и контратакующих действий боксёров. Обучение и совершенствование: учебно-методическое пособие / З.М. Хусьянов [и др.]. — М. : Издательский Дом МИСиС, 2017 - электр. ресурс ЭБС «IPRbooks».
4. Теория и методика бокса: учебник / Под ред. Е.В. Калмыкова. – М.: Физическая культура, 2009.

##### *Обязательная литература (борьба)*

1. Зебзеев В.В. Техника и тактика борьбы дзюдо: учебное пособие с грифом УМО / В.В. Зебзеев, Ф.Х. Зекрин. – Чайковский: ЧГИФК, 2014.

2. Зекрин Ф.Х., Чедов К.В. Введение в профессиональную деятельность тренера-преподавателя по спортивной борьбе: учеб. пособие с грифом УМО.- Чайковский: ЧГИФК, 2013 + электр. ресурс.
3. Физическая подготовка в дзюдо : учебное пособие / М. Н. Шепетюк, А. Р. Житкеев, Е. К. Насиев [и др.]. — Алматы : Казахская академия спорта и туризма, 2019. — 219 с. — ISBN 978-601-7964-41-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133595.html>
4. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегиная. – М.: Советский спорт, 2011

### 6.1.2 Дополнительная литература

#### *Дополнительная литература (ударные единоборства)*

5. Фискалов В.Д., Черкашин В.П. Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие – М.: Спорт, 2016 – 3 экз.: <https://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=55591>
6. Хассел Р.Дж., Эдмонд О. полный курс каратэ / Хассел Р. Дж., Эдмонд О. – М.: Астрель, 2009.
7. Ширяев А.Г., Филимонов В.И. Бокс и кикбоксинг: учебное пособие для студентов вузов. – М.: Изд.центр «Академия», 2007.

#### *Дополнительная литература (борьба)*

5. Борьба греко-римская: Учебник для спорт. факультетов пед. институтов / Под ред. Ю.А. Шулики. – Ростов – на - Дону: «Феникс», 2004.
6. Греко-римская борьба: Учебник / Под ред. А.Г. Семёнова и М.В. Прохоровой. - М.: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2005.
7. Зекрин Ф.Х., Чедов К.В. Введение в специализацию «Теория и методика спортивной борьбы»: Учебное пособие. – Чайковский: ЧГИФК, 2010+ электр. ресурс.
8. Современная система спортивной подготовки : монография. – 2-изд., с испр.и измен. / Под общ. ред. Б.Н. Шустина. – М.: Спорт, 2021. – 440 с.: <https://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=104666>

## 6.2 Перечень ресурсов информационно-коммуникационных технологий

### 6.2.1 Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения

<i>№ п.п.</i>	<i>Наименование программного продукта</i>
<i>Лицензионное программное обеспечение</i>	
1.	Операционная система Windows 10 Pro
2.	Операционная система Windows 7 Professional
3.	Операционная система Windows 8 Pro
4.	Операционная система Windows 8.1 Pro
5.	Операционная система Windows Server 2008
6.	Операционная система Windows Server 2012
7.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2010 Standard
8.	Пакет офисных программ Microsoft Office 2013 Standard
9.	Пакет офисных программ Microsoft office 2007 Standard
10.	ABBY FineReader 11 Corporate Edition
11.	Kaspersky Endpoint Security 11
12.	Astra Linux Special Edition
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
13.	Яндекс Браузер
14.	STDUViewer
15.	Telegram

### 6.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Электронно-библиотечные системы</i>		<i>Ссылка на ресурс</i>
1.	Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС)	<a href="http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp">http://bibleo.chgafkis.ru/marcweb2/Default.asp</a>
2.	Электронно-библиотечная система IPRbooks	<a href="https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a">https://www.iprbookshop.ru/?&amp;a</a>
3.	Библиотека международной спортивной информации [электронный ресурс]	<a href="http://bmsi.ru/">http://bmsi.ru/</a>
4.	Портал открытых данных РФ [электронный ресурс]	<a href="https://data.gov.ru/">https://data.gov.ru/</a>
5.	Антиплагиат (ресурс проверки текста на оригинальность) [электронный ресурс]	<a href="https://www.antiplagiat.ru/">https://www.antiplagiat.ru/</a>
6.	Официальный сайт Министерства спорта РФ (раздел «Федеральные стандарты спортивной подготовки») [электронный ресурс]	<a href="https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/">https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/</a>
7.	Портал боевых искусств «Realkarate.ru» [электронный ресурс]	<a href="http://www.realkarate.ru">http://www.realkarate.ru</a>
8.	Интернет-сайт «Все о единоборствах» [электронный ресурс]	<a href="http://martialsport.ru">http://martialsport.ru</a>

### 7 Материально-техническое обеспечение дисциплины

<i>Учебные аудитории для проведения учебных занятий и помещения для самостоятельной работы обучающихся</i>	<i>Оборудование и технические средства обучения</i>
аудитория № 410 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя.
аудитория № 412 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук, колонки.
аудитория № 417 учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Ленина, д. 67	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, ноутбук.
Зал № 12 зал единоборств, учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Кабалева, д. 27/1	1. Спортивный инвентарь, оборудование и тренажеры: боксерский ринг, татами, тренажер «Киктест-100», командная система Polar team Solution, комплект «Рыцарь» для совершенствования техники ударов, мешок боксерский, платформа для груши Green Hill, тренажер-петли TRX-PRO, груша на подвеске Best, тренажер Burn machine speed intermediate speed bag, тренажер Burn machine speed novice bag, тренажер МаэстроНокаут.
Зал № 37 зал единоборств, учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Кабалева, д. 27/1	1. Спортивный инвентарь и оборудование: борцовский ковер.
аудитория № 207 помещение для самостоятельной работы обучающихся г. Чайковский, ул. Ленина, д.67.	1. Специализированная мебель: мебель аудиторная (столы, стулья, доска аудиторная), стол преподавателя, стул преподавателя; 2. Технические средства обучения: экран, проектор, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.