

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Демченко Альберт Михайлович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 15.06.2026 15:35:29  
Уникальный программный ключ:  
735ac335104bb4cd044a23562564d177d3d81162

**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 УВР  
к.п.н., доцент Фендель Т.В.  
  
\_\_\_\_\_

« 30 » апреля 2026 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>2026</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 «14» апреля 2026 г.  
№ 34.

Рабочая программа одобрена на заседании УМС  
  
Протокол от «16» апреля 2026 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
1	<i>Тема Введение в дисциплину</i>
	<p><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.</p> <p><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.</p>

	<i>Самостоятельная работа:</i> Домашнее задание: Сравнительная характеристика видов единоборств»; определение базовых понятий темы. Примеры, характеризующие профессиональную деятельность тренера.
	<i>Тема Общая характеристика единоборств</i>
2	<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».
	<i>Тема История возникновения и развития единоборств</i>
3	<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. Спартакское воинское воспитание. Характерные черты и цели спартакской 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.
	<i>Тема Терминология, классификация и систематика единоборств</i>
4	<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>
7	<i>Занятие семинарского типа (практическое занятие) 11.</i> Пределы необходимой самообороны. Возможность применения приемов с целью защиты чести и достоинства граждан от преступных посягательств.
	<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>
	<p style="text-align: center;"><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>
2	<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>
	<p style="text-align: center;"><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>
3	<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>
	<p style="text-align: center;"><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>
4	<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. 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. Хусайнов [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. Ерегина. – 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, Terra-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-е 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.	Kaspersky Endpoint Security 12
2.	Pinnacle Studio 16 Ultimate Corp License (2 -4)
3.	VideoStudio Pro X4 License (1 – 10)
4.	Astra Linux Special Edition
5.	СПС Гарант
6.	MOODL
<i>Свободно распространяемое программное обеспечение</i>	
7.	Яндекс Браузер
8.	Kinovea
9.	STDUViewer
10.	MAX
11.	VLC
12.	PDF 24

### 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 «IPR SMART»	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</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. Кабалевского, 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 bag novice bag, тренажер МаэстроНокаут.
Зал № 37 зал единоборств, учебная аудитория для проведения учебных занятий г. Чайковский, ул. Кабалевского, 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.