

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.2.ДВ.01 МОДУЛЬ «ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ВЫБОРУ
1(ДВ.1)»
Б1.В.2.ДВ.01.01 ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И
ОСНОВЫ САМООБОРОНЫ

Направление подготовки - 44.03.05 Педагогическое образование

Направленность (профили) – «Безопасность жизнедеятельности» и
«Физическая культура»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма и сроки обучения – очная (5 лет), заочная (5 л. 6 м.)

Махачкала
2021

Магомедов Р.В. Рабочая программа дисциплины «Прикладная физическая подготовка и основы самообороны». – Махачкала: ДГПУ, 2021. 19 с.

Программа утверждена на заседаниях:

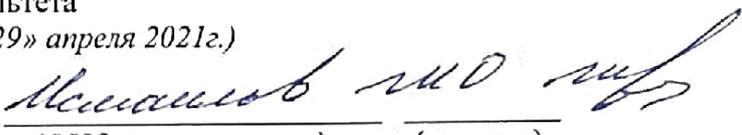
кафедры безопасности жизнедеятельности
(протокол № 8 от «23» апреля 2021 г.)

Зав. кафедрой М.М. Омаров к.п.н., доцент
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

Ученом совете факультета
(протокол № 8 от «29» апреля 2021г.)

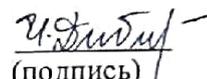
Председатель совета


(ФИО, ученое звание)

(подпись)

методическом совете ДГПУ
(протокол № 3 от «31» мая 2021г.)

Председатель совета: д.фил.н., профессор И.А. Дибиров
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

© ДГПУ, 2021
© Магомедов Р.В., 2021

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цели дисциплины:

- формирование комплексных физических данных студентов;
- развитие физических данных и формирование основных двигательных качеств;
- развитие педагогических данных и навыков тренера;
- подготовка студентов к упреждающим комплексным действиям по защите жизни, здоровья.
- Умение и развитие навыков самообороны в криминогенных ситуациях

Задачи дисциплины:

1. Формирование необходимых навыков самообороны знаний, навыков и умений по безопасному существованию;
2. Формирование уверенной в себе личности как в психологическом отношении, так и физическом отношении; формирование представления о причинах возникновения, протекании, мерах защиты и предупреждения криминальных ситуаций;
3. Воспитание граждан способных как к обороне государства, так и для трудовой деятельности;
4. Повышение уровня здоровья и профилактика различного рода заболеваний с помощью соответствующей отрасли спорта;
5. Понижения уровня криминогенной ситуации в стране

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Прикладная физическая культура и основы самообороны» относится к части дисциплин по выбору и Модулю **Б1.В.2.ДВ.01 Модуль** «Дисциплины (модули) по выбору 1(ДВ.1)» учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профили «Безопасность жизнедеятельности» и «Физическая культура».

Дисциплина **Б1.В.2.ДВ.01.01** «Прикладная физическая культура и основы самообороны» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Основы национальной безопасности и военной службы», «Криминальные опасности и защита от них», «ЧС социального характера», «Основы медицинских знаний», «Методика обучения по профилю «Безопасность жизнедеятельности».

В условиях современного общества вопросы физического развития и умение постоять за себя приобрело актуальное и важнейшее значение. Рост неблагоприятной криминальной обстановки, а также повышенные требования к успешной личности в современном обществе выдвигают ряд общих требований составляющей частью, которой и является физическое развитие студента. Не секрет что в современном мире с его развитыми технологиями место для физического развития человека очень мало. Поэтому необходимо уделять повышенное внимание своему физическому здоровью. Кроме того, в современных условиях окружающей среды и неблагоприятной экологии ряд болезней имеют негативное влияние на ослабевший человеческий иммунитет.

Актуальность проблемы обучения «Прикладной физкультуры и основе самообороны» относит как студентам БЖ и физкультуры является знание и умения основы преподавание азов самообороны в школе, Вузах и спортивных секциях, армии и прочих учебных и трудовых заведениях. Кроме того, одним из профильных направлений является Спасательная подготовка специалистов БЖ для работы будущих пожарных, альпинистов, работников МЧС

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате освоения содержания программы у бакалавра должны быть сформированы компетенции:

Таблица 1

Формулируемые компетенции		Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Код	Наименование	
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-8	Способен создавать и поддерживать в	Знать: понятийный аппарат и терминологию в области безопасности

	повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	<p>жизнедеятельности и здорового образа жизни; представления об основах безопасности жизнедеятельности, сущности опасных и чрезвычайных ситуаций, поражающих факторах чрезвычайных ситуаций; принципы, средства, методы обеспечения безопасности и сохранения здоровья при взаимодействии человека с различными факторами окружающей среды, в том числе в условиях образовательной среды.</p> <p>Уметь: идентифицировать и профилактировать негативные воздействия среды обитания естественного и антропогенного происхождения, оценивая возможные риски появления опасностей и чрезвычайных ситуаций, в том числе в образовательной среде; применять практические навыки по обеспечению безопасности в опасных ситуациях повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях разного характера, в том числе в образовательной среде; организовывать деятельность и регулировать поведение обучающихся с учетом половозрастных особенностей для обеспечения их безопасности, сохранения и укрепления здоровья;</p> <p>Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности, а также навыками сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности; способностью обеспечивать безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте;</p> <p>способностью выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; способностью предотвращать возникновение чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте; способностью принимать участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций в том числе в образовательной среде.</p>
ОПК-4	Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей	<p>ОПК-4.1. Знать: Демонстрировать знание духовно- нравственных ценностей личности и модели нравственного поведения в профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-4.2. Уметь: Демонстрировать способность к формированию у обучающихся гражданской позиции, толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>

4. Трудоемкость изучения дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа). Дисциплина изучается в 9 семестре

Таблица 2

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)		
Лекции	8	2
Практические занятия (ПЗ)	24	4
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	40	66
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям		
Самостоятельное изучение тем		

Экзамен		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольные работы		
Реферат		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Зачет	Зачет
Общая трудоемкость	72	72

5. Содержание дисциплины (модуля)

5.1 Тематический план

Таблица 3

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды учебной работы (в академических часах)									
		Лекции		Практические занятия		Лабораторные занятия		Самостоятельная работа		Промежуточный контроль	
		очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно
1	«Физические качества спортсмена»	2	2	2				4	8		
2	Тактико-техническая и психологическая подготовка			4				6	8		
3	Ударные виды спорта и группы приемов применяемые в самообороне			2	2			4	8		
4	Борьба в высоком контакте и клинче. Сближение с противником	2		2				6	8		
5	Приемы классической вольной борьбы и самбо применяемые в самообороне	2		4				4	8		
6	Борьба в партере			4				6	8		
7	Использование оружия и подручных средств в самообороне.	2		4	2			4	10		
8	Самооборона в условиях численного превосходства противника.			2				6	8		
	Итого	8	2	24	4			40	66		

5.2. Содержание разделов дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Таблица 4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	Название раздела 1	«Физические качества спортсмена»
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1.1.	«Физические качества спортсмена»	Основные физические качества спортсмена без которых невозможна самооборона и спорт высоких достижений. Ловкость, сила, выносливость, гибкость и различные разновидности данных физических качеств спортсмена. Силовая выносливость, и динамическая и статическая сила. Понятие двигательный навык. Методика развития физических качеств.
1.2.	Тактико-техническая и психологическая подготовка	Методика преподавания и общие понятия тактики боя. Методы психологической подготовки и настроения. Методика разгона и торможения психики. Методы психологического давления.

		Классификация тактики боя. Оборонительная и наступательная тактика. Тактика изматывания и тактика контратак.
1.3.	Ударные виды спорта и группы приемов применяемые в самообороне	Удары руками и защита от них. Комбинации ударов. Удары ногами локтями и коленом. Комбинации ударов ногами и руками. Методы развития и совершенствования ударной техники
1.4.	Борьба в высоком контакте и клинче. Сближение с противником	Методы клинча. Приемы, применяемые в дзюдо. Подножки, подсеки подхваты, обвивы, зацепы, Методика бросков со стойки. Методика защиты от бросков и контрприемы применяемые в обоюдном захвате
Темы практических / семинарских занятий		
1.5.	Практические упражнения по развитию физических качеств	Жим лежа, подъем разгибом, подтягивание, бег на скорость 100 метров. Кросс 3000 метров, шпагат продольный, шпагат поперечный.
1.6.	Психологические и тактико-технические упражнения	Аутотренинг, самовнушение, самоанализ, самоконтроль, самоотчет. Упражнение в защите. Упражнения в атаке
1.7.	Отработка ударов руками и ногами. Практические аспекты их применения.	Хук, апперкот, джеб. Лоу-кик. Уклоны, блоки, наклоны, отходы.
1.8.	Отработка контрприемов.	Работа в полу сопротивлении в скрестном захвате. Учебно-тренировочные схватки. Скручивания, контрприемы в обхвате. Работа с высокой и низкой стойке.
2	Название раздела 2	Раздел 2. Методы и приемы самообороны. Ударная техника и технические действия, применяемые на дальней дистанции при сближении с противником
Содержание лекционного курса		
2.1.	Приемы классической вольной борьбы и самбо применяемые в самообороне	Переход с высокого обхвата в низкий обхват проходы в ноги. Особенности и специфика применение проходов в условиях асфальтированного покрытия. Мельницы, зашагивания, подсады, скручивания. Защита от данных групп приемов.
2.2.	Борьба в партере	Классификация душающий приемов. Крюк, висячка треугольник. Борьба с положения высокого партера и низкого партера. Классификация защиты. Технические действия имеющие цель занять выгодное исходное положение для атаки и для обороны.
2.3.	Использование оружия и подручных средств в самообороне.	Предел и допустимые нормы применения оружия. Использование ножа. Методы хвата ножа. Метание ножа. Опасные и нейтральные зоны организма человека для использования ножа. Работа правой и левой рукой. Боковые удары, прямые удары снизу и полосующие удары. Применение огнестрельного оружия.
2.4.	Самооборона в условиях численного превосходства противника.	Выбор позиции для самообороны. Защита спины и тыла. Перемещение и маневрирования. Защита наиболее важных жизненных зон организма. Прямые удары руками и защита о них. Переход в контратаку. Боковые удары и удары снизу. Использование лоу-киков. Использование подручных средств
Темы практических / семинарских занятий		
2.5.	Контрприемы в высокой стойке в обхвате	Разбор приемов на составляющие фазы. Контрзащита от мельниц зашагиваний подсадов. Подножки, подсеки.
2.6.	Отработка защиты в положении партер. Методика перехода в контратаку	Брауле, выседание, волчья петля Кумура и треугольник из положения лежа. Отработка защиты.
2.7.	Защита от огнестрельного и холодного оружия	Методы уклонения от огнестрельного оружия. Методы выбивания оружия из рук противника. Уколы пальцами в глаз противнику. Использование от вертки, шила, бутылки, носка с болтами для самообороны. Использование специальных технических средств; электрошокера, перцового спрея и резиновой дубинки для самообороны и защита от них.
2.8.	Отработка боя с несколькими противниками.	Перемещения и маневрирования. Защита задней полусферы. Отработка ударов прямых и уклонов. Вырывание второго этажа и броска за спину.

5.3. Тематика практических (семинарских, лабораторных) занятий и перечень заданий

№ п/п	Тема практического (семинарского) занятия	Задания (или вопросы для обсуждения на сем. занятии)	Форма отчётности	Литература
1	«Физические качества спортсмена»	Основные физические качества спортсмена без которых невозможна самооборона и спорт высоких достижений. Ловкость, сила, выносливость, гибкость и различные разновидности данных физических качеств спортсмена. Силовая выносливость, и динамическая и статическая сила. Понятие двигательный навык. Методика развития физических качеств.	контрольная работа	Ю.А Шахмурадов. Вольная борьба. - Москва : Дрофа, 2007
1.1	Практические упражнения по развитию физических качеств	Жим лежа, подъем разгибом, подтягивание, бег на скорость 100 метров. Кросс 3000 метров, шпагат продольный, шпагат поперечный.	сдача норматив	Галькувский Н.М КатуплинА.З.Сп ортивная борьба, М.: Выш. шк., 1999.
1.3.	Отработка ударов руками и ногами. Практические аспекты их применения.	Хук, апперкот, джеб. Лоу-кик. Уклоны, блоки, наклоны, отходы.	тесты	Алиханов . А.М. Спортивная борьба и дзюдо – СПб.:Ритер, 2005. – 302 с.: ил]
2	Методы и приемы самообороны. Ударная техника и технические действия, применяемые на дальней дистанции при сближении с противником	Переход с высокого обхвата в низкий обхват проходы в ноги. Особенности и специфика применение проходов в условиях асфальтированного покрытия. Мельницы, зашагивания, подсады, скручивания. Защита от данных групп приемов.	тесты	С.Н. Коклам. Тайский бокс для начинающих М.: Академически й Проспект: Трикста, 2004. – 480 с.(345-355)
2.1	Отработка защиты в положении партер. Методика перехода в контратаку	Брауле, выседание, волчья петля Кумура и треугольник из положения лежа. Отработка защиты.	сдача норматив	Алиханов . А.М. Спортивная борьба и дзюдо – СПб.:Ритер, 2005. – 302 с.: ил]
2.2	Защита от огнестрельного и холодного оружия	Методы уклонения от огнестрельного оружия. Методы выбивания оружия из рук противника. Уколы пальцами в глаз противнику. Использование от вертки, шила, бутылки, носка с болтами для самообороны. Использование специальных технических средств; электрошокера, перцового спрея и резиновой дубинки для самообороны и защита от них.	Контрольная работа	Жаринов. В.Г. Кикбоксинг. Путь свободы.– М.: Изд – во ЭКСМО , 2002. – 276 с.

5.4. Задания самостоятельной работы

Таблица 5.

№п/п	Раздел (тема) программы	Количество часов	Задания для самостоятельного выполнения	Форма отчетности	Литература
1.	«Физические качества спортсмена»		Изучение литературы Подготовка конспекта.	Устный опрос	Жаринов. В.Г. Кикбоксинг. Путь

			Сдача нормативов. Тренировка в спортзале и в спортивной площадке. Тематическое собеседование, опрос; анализ и обсуждение проблемных вопросов, докладов, дополнений.	(фронтальный, индивидуальный). Реферат Сдача нормативов.	свободы.– М.: Изд – во ЭКСМО , 2002. – 276 с.
2.	Методы и приемы самообороны. Ударная техника и технические действия, применяемые на дальней дистанции при сближении с противником		Изучение литературы Подготовка конспекта. Сдача нормативов. Тренировка в спортзале и в спортивной площадке. Тематическое собеседование, опрос; анализ и обсуждение проблемных вопросов, докладов, дополнений.	Устный опрос (фронтальный, индивидуальный). Реферат Сдача нормативов.	Алиханов . А.М. Спортивная борьба и дзюдо – СПб.:Ритер, 2005. – 302 с.: ил]

5.5. Темы рефератов

1. Уклоны в боксе как одна из составляющей защиты.
2. Бросок подворотом и его разновидности.
3. Техника выполнения проходов дальнюю ногу при положении головы снаружи.
4. Химические реакции в мышечной ткани при скоростно-силовой работе спортсмена.
5. Подготовительные и дезориентирующие действия в борьбе. Рывки. Толчки, Швунги.
6. Правовые основы необходимой обороны и самообороны.
7. Составление правильного питания и рацион спортсменов.
8. Составление программы тренировок. Подходы, повторения, ОРУ.
9. Причины преступлений в конкретном ОУ, или районе.
10. Переводы в партер и нырок под руку, как способ неожиданной атаки соперника.
11. Борьба из положения захвата головы и шеи соперника и группы приемов.
12. Техника проведения удушающего приема «треугольник» и специфические черты данного приема
13. Техника исполнения полунельсона в партере и варианты переходы на другие заламывающие приемы.
14. Особенности и тактическое применение апперкота в боксе.
15. Борьбе из положения отключения разноименной руки в положения снаружи и приемы связанные с ним.
16. Борьба с проходом в корпус противника.
17. Тактика и техника выполнения прием «бросок прогибом с подхватом ноги».
18. Тактика и техника выполнения приема растяжка руки и шеи
19. Методы уклона от противника вооруженного ножом
20. Методы психологической разгонки и торможения в экстремальных ситуациях
21. Комплекс упражнений для развития силовой выносливости
22. Джеб и особенности его применения в боксе
23. Практические рекомендации по переходе из глухой обороны в контратаку.
24. Закручивание на локоть как один из основных приемов самбо
25. Особенности диалога с криминальными элементами и психология общения.
26. Особенности ударов ногой с разворота и специфические условия его применения.
27. Отдача при стрельбе из пистолета и методы преодоления ее последствий
28. Перемещение в бою и особенности маневров.
29. Хук в боксе и особенности его применения.
30. Особенности ударов коленами и локтями в ближнем бою
31. Методы опережающего нападения, и способы его нейтрализовать.
32. Бросок захватом руки и разноименной ноги разворотом.
33. Бросок прокручиванием из положения высокий фронтальной партер.
34. Провисание на колена с низкого партера как болевой на ногу
35. Переворот с захватом дальней руки и бедра.
36. Техника выполнения приема сбивание с захватом головы и голени.
37. Защита от бутылки палки, и камней.
38. Рекомендации по развитию динамической силы.
39. Упражнения направленные на повышения уровня выносливости спортсмена.

40. Лоу кик и особенности его применения

б. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

1) *Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы*

УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

ОПК-4 Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей

2) *Комплект контрольных заданий или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций*

6.2.1 Примеры тестовых заданий для оценки качества освоения дисциплины (модуля)

1. Перед вами два спортсмена. Первый обладает высоким ростом, но недостаточным весом, а второй обладает средним ростом, но избыточным весом. Вам необходимо составить для них программу тренировок по повышению скоростных качеств. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) составить коллективную программу тренировок;
- б) начать со скоростного бега на дистанцию 100 метров;
- в) попробовать кроссовую подготовку на дистанцию 3000 метров;
- г) пойти играть в футбол;
- д) дать общеразвивающие упражнения;
- е) составить индивидуальную программу тренировок.

2. Вы боитесь высоты и не можете преодолеть свой страх. Как выбудете преодолевать свою фобию.

Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- а) прыгнуть с парашюта;
- б) начать прыжки с небольшой вышки, а затем преодолевать планку;
- в) надеть повязку на глаза прогуливаться по крыше многоэтажного дома

3. У вашего воспитанника не хватает выносливости. Какое упражнение позволит повысить его уровень

- а) Становая тяга;
- б) ходьба гусиным шагом;
- в) Перекат колесом;
- г) бег с препятствиями.

4. В бою ваш противник очень эффективно применяет боковой удар левой. Ваши действия дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) пытаться сорвать дистанцию;
- б) активно отступать;
- в) Попытаться войти в клинч и перейти в положение партер;
- г) контратаковать ударом прямым;
- д) уйти в глухую оборону;
- е) постараться заблокировать удар джеб;
- ж) вытащить пистолет и застрелить;
- з) позвонить домой, сообщить, что на вас напали;

5. Вы гуляете. Вдруг на вас выбегает с лаем большая собака. У вас в руках сумка. Выберите из предлагаемых вариантов дальнейшие действия и определите их очередность и правомерность:

- а) замахнуться сумкой и отогнать собаку;
- б) убежать от нее;
- в) закричать, отгоняя ее, бросить в нее сумкой;
- г) упасть на землю;
- д) остановиться, повернувшись к собаке лицом вполоборота;
- е) подразнить собаку;
- ж) громко позвать хозяина;
- з) при подготовке собаки к прыжку упереться, закрыв горло и лицо согнутой в локте рукой;
- и) охранять спокойствие;

к) при покусах промыть рану, обратиться в травмпункт по месту жительства.

6.В бою ваш противник успешно защищает голову и шею. Ваши действия по преодолению обороны:

- а) Перейти с прямого на апперкот снизу;
- б) Использовать ложные выпады.
- в) использовать лоукик

7. Вы прошли противнику в левосторонний захват корпуса. Каковы приемы, которые можно оттуда совершить:

- а) Бросок подворотом;
- б) скрестный переворот;
- в) бросок прогибом с подхватом

8. В бою вы по попались на передний крюк, и теперь ваш противник душит вас. Ваши действия

- а) Совершить проход в ноги;
- б) постараться нанести хук правой;
- в) Взять двумя руками его руку оторвать блокирующую руку.

9. Противник повалил вас и теперь начинает наносить удары сверху. Ваши действия:

- а) перевернуться на живот и постараться встать;
- б) перевернуться на спину и заблокировать руку и шею;
- в) Наносить ответные удары по противнику из положения лежа на лопатках.

10. Вы удачно совершили проход в ноги. Ваши дальнейшие действия:

- а) попытаться ударить в пах;
- б) Постараться сбить на спину;
- в) перейти на бросок разворотом и захватом руки.

11. Злоумышленник вытаскивает пистолет. Ваши действия:

- а) Попытаться нанести удар в солнечное сплетение.;
- б) заблокировать руку;
- в) спрятаться за препятствие.

12. Злоумышленник вытаскивает нож и нападает на вас:

- а) попытаться увернуться от удара;
- б) попытаться нанести удар в челюсть;
- в) Постараться убежать.

13. Вас окружили трое хулиганов и намереваются побить. Ваши действия:

- а) Прислониться спиной к стене;
- б) неожиданно ударить пальцем в глаз;
- в) Попытаться их напугать словесно.

6.2.2 Вопросы по учебной дисциплине (модулю) для промежуточной аттестации обучающихся (зачет)

1. Проходы в ноги и методика его применения
2. **Хук справа и методика его применения**
3. Проходы в ноги и методика его применения
4. Хук справа и методика его применения
5. Апперкот левой и методика его применения.
6. Перекидывание ножа обратным хватами методика его применения.
7. Отбрасывание ноги методика его применения
8. Нырок под руку и методика его применения
9. Джеб в отходе и методика его применения
10. Перевод в партер и методика его применения
11. Бросок зацепом и методика его применения
12. Бросок обхватом и методика его применения
13. Скручивание с высокой стойки и методика его применения
14. Уклоны и отходы и методика его применения

15. Блокирование ударов ножом и методика его применения
16. Лоу-кики методика его применения
17. Удар ногой с разворота и методика его применения
18. Удушающий захват Крюк справа и методика его применения
19. Заламывающий захват кимура и методика его применения
20. Бросок прогибом с подымаем колени методика его применения
21. Бросок обратным хватом и методика его применения
22. Бросок подворотом и методика его применения
23. Сваливание зашагиванием и методика его применения
24. Скручивание захватом ноги и методика его применения
25. Захват ножницы и пережат в партере и методика его применения
26. Проходы в ноги и методика его применения
27. Хук справа и методика его применения
28. Апперкот левой и методика его применения.
29. Перекидывание ножа обратным хватом и методика его применения
30. Отбрасывание ноги методика его применения
31. Нырок под руку и методика его применения
32. Джеб в отходе и методика его применения
33. Перевод в партер и методика его применения
34. Бросок зацепом и методика его применения
35. Бросок обхватом и методика его применения
36. Скручивание с высокой стойки и методика его применения
37. Уклоны и отходы и методика его применения
38. Блокирование ударов ножом и методика его применения
39. Лоу-кики методика его применения
40. Удар ногой с разворота и методика его применения
41. Удушающий захват Крюк справа и методика его применения
42. Заламывающий захват кимура и методика его применения
43. Бросок прогибом с подымаем колени методика его применения
44. Бросок обратным хватом и методика его применения
45. Бросок подворотом и методика его применения
46. Сваливание зашагиванием и методика его применения
47. Скручивание захватом ноги и методика его применения
48. Захват ножницы и пережат в партере и методика его применения

6.2.3 Комплект заданий для промежуточной аттестации обучающихся (экзамен/зачет)

Вариант 1

Задание 1 Проход в ноги и защита от них

Задание 2 Методика защиты от ударов ногой с разворота

Задание 3 Методика повышения динамической силы верхнего плечевого сустава

Вариант 2

Задание 1 Бросок подворотом и защита от него

Задание 2 Методика передвижений по театру боевых действий

Задание 3 Упражнения для развития координации

Вариант 3

Задание 1 Бросок с захватом головы и шеи и защита от него

Задание 2 Уклоны, скручивание, подсады

Задание 3 упражнения для повышения силовой выносливости

Студентам предлагаются также написать эссе на темы:

1. Тактико-технические особенности дальнего боя в стойке
2. Тактико-технические особенности защиты от противника, вооруженного ножом
3. Тактико-технические особенности защиты от противника, вооруженного пистолетом
4. Тактико-технические особенности защиты от удушающих приемов

Цель написания эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого подхода к пониманию и осмыслению проблем научного знания, возможности его прикладного использования, а также навыков письменного изложения собственных мыслей и отношения к различным социально-психологическим и

общественным явлениям. Студент должен высказать свою точку зрения и сформировать непротиворечивую систему аргументов, обосновывающих предпочтительность позиции, выбранной автором данного текста.

1) *Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания*

Компетенция	Показатели	Оценочная шкала	
		незачет	зачет
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Не понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК – 8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать: понятийный аппарат и терминологию в области безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни; представления об основах безопасности жизнедеятельности, сущности опасных и чрезвычайных ситуаций, поражающих факторах чрезвычайных ситуаций; принципы, средства, методы обеспечения безопасности и сохранения здоровья при взаимодействии человека с различными факторами окружающей среды, в том числе в условиях образовательной среды. Уметь: идентифицировать и профилировать негативные воздействия среды обитания естественного и антропогенного происхождения, оценивая возможные риски появления опасностей и чрезвычайных ситуаций, в том числе в образовательной среде; применять практические навыки по обеспечению безопасности в опасных ситуациях повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях разного характера, в том числе в образовательной среде; организовывать деятельность и регулировать поведение обучающихся с учетом половозрастных особенностей	Обучающийся не знает оценить факторы риска, не уметь обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. Не умеет использовать методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	Обучающийся знает оценить факторы риска, не уметь обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. Умеет использовать методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

	<p>для обеспечения их безопасности, сохранения и укрепления здоровья; Владеть: навыками обеспечения безопасности жизнедеятельности, а также навыками сохранения и укрепления здоровья обучающихся в условиях образовательной, трудовой, рекреативной и повседневной деятельности; способностью обеспечивать безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте; способностью выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; способностью предотвращать возникновение чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте; способностью принимать участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций в том числе в образовательной среде.</p>		
ОПК-4 Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей	<p>ОПК-4.1. Знать: Демонстрировать знание духовно- нравственных ценностей личности и модели нравственного поведения в профессиональной деятельности. ОПК-4.2. Уметь: Демонстрировать способность к формированию у обучающихся гражданской позиции, толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>	<p>Не знает демонстрировать знание духовно-нравственных ценностей личности и модели нравственного поведения в профессиональной деятельности. Не умеет: демонстрировать способность к формированию у обучающихся гражданской позиции, толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>	<p>Знает демонстрировать знание духовно-нравственных ценностей личности и модели нравственного поведения в профессиональной деятельности. Умеет: демонстрировать способность к формированию у обучающихся гражданской позиции, толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде, способности к труду и жизни в условиях современного мира, культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>

Критерии оценивания:

В университете текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся по всем реализуемым ОП ВО - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры для всех форм обучения осуществляются с применением БРС.

Задачи БРС заключаются в повышении мотивации обучающихся к систематической учебной работе в течение семестра, активной научной, творческой, спортивной и общественной деятельности, а также в

повышении уровня организации образовательного процесса в университете и совершенствовании внутривузовской системы контроля результатов обучения

В университете БРС применяется при реализации всех дисциплин (в том числе при оценивании курсовых работ (проектов)) и практик, установленных учебными планами ОП ВО.

Оценка обучающегося по дисциплине в БРС формируется из:

- баллов, полученных при проведении текущего контроля успеваемости;
- баллов, полученных на промежуточной аттестации.

Баллы, полученные обучающимся при проведении текущего контроля успеваемости, представляют собой сумму баллов, полученных по контрольным точкам, а также дополнительных и премиальных баллов.

Результаты текущего контроля успеваемости фиксируются в единых для всего университета контрольных срезах. Для очной формы обучения устанавливаются 2 контрольных среза в каждом семестре. Для очно-заочной формы обучения устанавливается 1 контрольный срез в семестре, для заочной – по результатам итогового контроля освоения дисциплины.

По каждому контрольному срезу, обучающемуся начисляются баллы за:

- посещаемость в оцениваемый период (20%);
- результаты обучения по (80%):
 - а) освоенным за оцениваемый период разделам и (или) темам (очная форма обучения);
 - б) дисциплине (очно-заочная и заочная форма обучения).

По дисциплине обучающемуся могут быть начислены:

- дополнительные баллы;
- премиальные баллы.

Перевод оценок из пятибалльной системы оценивания в 100-балльную по дисциплинам и практикам, а также оценок обучающихся, переведенных в университет из других организаций, осуществляющих образовательную деятельность, в которых БРС не применялась, и в других подобных случаях осуществляется следующим образом:

- «отлично» - 80-100 баллов;
- «хорошо» - 66-79 баллов;
- «удовлетворительно» - 51-65 баллов;
- «зачтено» - 51 балл.

Максимальное количество баллов обучающегося по одной дисциплине

(включая баллы, полученные при проведении текущего контроля успеваемости, и баллы, полученные на промежуточной аттестации) составляет 100 баллов

Если средний рейтинговый балл студента по дисциплине гарантирует ему положительную оценку, то преподаватель обязан при желании студента выставить соответствующую оценку без итогового контроля, поставив полученный им средний рейтинговый балл.

Студент, набравший менее 30 баллов хотя бы по одному контрольному срезу, не освобождается от итогового контроля по данной дисциплине.

По дисциплине с итоговым контролем – «зачет» студент допускается к сдаче зачета только в том случае, если его средний рейтинговый балл по итогам срезов составляет 30 и выше. В противном случае он автоматически получает – «незачтено». Если его средний рейтинговый балл по итогам срезов составляет 51 и выше он автоматически получает – «зачтено».

Студент может повысить свой рейтинговый балл, проходя итоговый контроль.

Весомость среднего рейтинговых баллов, полученных при проведении **текущего контроля** успеваемости и полученных на промежуточной аттестации составляет: 0,5 (50%) и 0,5 (50%).

При проведении текущего контроля успеваемости преподаватель может учесть дополнительные баллы и премиальные баллы начисленные обучающемуся.

Весомость среднего рейтингового балла и баллов, полученных на пересдачу, составляет соответственно: 0,3 (30%) и 0,7 (70%).

Если студент после пересдачи не получил положительной оценки, то он в установленные вузом сроки идет на комиссионную пересдачу дисциплины.

Весомость среднего балла, полученного при комиссионной сдаче, составляет, соответственно 0 (0%) и 1 (100%), а баллы, полученные при повторной сдаче – аннулируются.

Студент пропустивший текущий контроль по уважительной причине (болезнь или иные причины, подтвержденные документально) должен его пройти до сдачи следующего промежуточного контроля по дисциплине. Для этого с разрешения декана факультета формируется индивидуальная балльно-рейтинговая ведомость.

Итоговая оценка по результатам освоения дисциплины выставляется по 5-балльной шкале или в зачетном формате (в соответствии с формой промежуточной аттестации по дисциплине, установленной учебным планом).

Итоговая оценка заносится в экзаменационную (зачетную) ведомость и зачетку студента.

Итоговый государственный экзамен по специальности оценивается по 100 – балльной шкале.

Правила перевода оценок из 100-балльной системы в пятибалльную систему приведены в таблице 1.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине, практике	Отрицательная оценка	Положительные оценки		
Зачет	Не зачтено (менее 50 баллов)	Зачтено (более 50 баллов)		
Курсовая работа Зачет с оценкой Экзамен	Неудовлетворительно (менее 50 баллов)	Удовлетворительно (51-65 баллов)	Хорошо (66-79 баллов)	Отлично (80-100 баллов)

Нормативными документами учета успеваемости студентов, обучающихся по БРС в ДГПУ, являются:

- балльно-рейтинговая ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость на пересдачу;
- зачетно- экзаменационно ведомость на комиссию;
- ведомость по курсовой работе;

Все они имеют установленную форму, порядковый номер и штрих-код, и самопроизвольное внесение каких-либо изменений и дописывание в эти формы не допускается.

Исправления оценки в ведомостях не допускается. В случае допущения ошибки преподаватель пишет объяснительную на имя декана факультета.

Декан (зам. декана по уч. работе) обращается в УМУ за разрешение распечатать дубликат ведомости. Испорченная ведомость вместе с объяснительной и дубликатом должна быть сохранена в деканате.

Запрещается использование ведомостей, не предусмотренных данным положением и не сформированных через систему «Деканат».

4) Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по использованию ФОС

ФОС по дисциплине является неотъемлемой частью нормативно методического обеспечения с системы оценки качества освоения обучающимися (студентами) основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – ОПОП СПО) и обеспечивает повышение качества образовательного процесса техникума.

ФОС по дисциплине представляет собой совокупность контролирующих материалов, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся (студентом) установленных результатов обучения. ФОС по дисциплине используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (студентов). ФОС входит в состав учебно-методического комплекса (далее – УМК) дисциплины.

Цель и задачи создания ФОС.

Целью создания ФОС учебной дисциплины является установление соответствия уровня подготовки обучающегося (студента) на данном этапе обучения требованиям рабочей программы учебной дисциплины.

Задачи ФОС по дисциплине:

- контроль и управление процессом приобретения обучающимися (студентами) необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС СПО по соответствующему направлению подготовки (специальности);
- контроль и управление достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общекультурных и профессиональных компетенций выпускников;
- оценка достижений обучающихся (студентов) в процессе изучения дисциплины с выделением положительных/отрицательных результатов и планирование предупреждающих/корректирующих мероприятий;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс техникума.

Формирование и утверждение ФОС.

ФОС по дисциплине должен формироваться на ключевых принципах оценивания: валидности (объекты оценки должны соответствовать поставленным целям обучения);

надежности (использование единообразных стандартов и критериев для оценивания достижений);

справедливости (разные студенты должны иметь равные возможности добиться успеха);

своевременности (поддержание развивающей обратной связи);

эффективности (соответствие результатов деятельности поставленным задачам).

При формировании ФОС по дисциплине должно быть обеспечено его соответствие:
Федеральному компоненту ГОС по дисциплине ФГОС СПО по соответствующему направлению подготовки (специальности);

ОПОП и учебному плану направления подготовки (специальности); рабочей программе дисциплины; образовательным технологиям, используемым в преподавании данной дисциплины.

Назначение оценочного средства определяет его использование для измерения уровня достижений обучающегося (студента) установленных результатов обучения по одной теме (разделу) и/или совокупности тем (разделов), дисциплине в целом (модулю).

Структурными элементами ФОС по дисциплине являются:

а) титульный лист

б) паспорт ФОС

в) зачетно-экзаменационные материалы, содержащие комплект утвержденных по установленной форме экзаменационных билетов и/или вопросов, заданий для зачета и другие материалы;

г) фонд тестовых заданий, разрабатываемый в обязательном порядке по дисциплинам базовых частей всех циклов учебного плана в соответствии с положением о формировании фонда тестовых заданий;

Количество тестовых заданий в зависимости от объема изучаемой дисциплины:

От 32 до 56 часов – минимум 60 вопросов;–

От 57 до 120 часов – минимум 120 вопросов; максимум 200 вопросов–

От 121 до 200 часов – минимум 160 вопросов;–

Все тестовые задания должны быть закрытого типа, т. е. содержать один правильный вариант ответа из четырех предложенных вариантов:

Инструкция: выберите один правильный ответ

1 Текст тестового задания:

а) текст варианта ответа;

б) текст варианта ответа;

в) текст варианта ответа;

г) текст варианта ответа;

2 Текст тестового задания:

а) текст варианта ответа;

б) текст варианта ответа;

в) текст варианта ответа;

г) текст варианта ответа;

Ключ к тесту:

№ вопроса Правильный вариант ответа

1

а)

2

г)

3

в)

По каждому оценочному средству в ФОС должны быть приведены критерии формирования оценок. В состав ФОС в обязательном порядке должны входить оценочные средства, указанные в разделе 4 рабочей программы дисциплины «Содержание и структура дисциплины (модуля)». Комплекты оценочных средств оформляются в соответствии с приложениями. Разработка других оценочных средств и включение их в ФОС осуществляется по решению преподавателя, ведущего дисциплину. ФОС разрабатывается по каждой дисциплине. Если в рамках направления подготовки (специальности) для различных профилей, специализаций преподается одна и та же дисциплина с одинаковыми требованиями к ее содержанию, то по ней создается единый ФОС.

Целесообразность разработки единого ФОС по одноименной дисциплине для различных направлений подготовки (специальностей) определяется решением цикловой комиссии, обеспечивающей преподавание данной дисциплины. ФОС формируется из оценочных средств, разработанных преподавательским составом техникума.

ФОС формируется на бумажном и электронном носителях и хранится в методическом кабинете. ФОС рассматривается на заседании Цикловой комиссии и утверждается начальником УМУ СПО. Решение об актуализации, изменении, аннулировании, включении новых оценочных средств в ФОС принимается составителем и отражается в листе регистрации изменений в УМК дисциплины.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Таблица 12

2	Наименование литературы	Местонахождение	Кол. экземпляров
Основная литература			
1	Ю.А Шахмурадов. Вольная борьба. - Москва : Дрофа, 2007.	Библиотека ДГПУ	5
2	Галькувский Н.М КатулинА.З.Спортивная борьба, М.: Высш. шк., 1999.	Библиотека ДГПУ	8
3	Алиханов . А.М. Спортивная борьба и дзюдо – СПб.:Ритер, 2005. – 302 с.: ил]	Библиотека ДГПУ	8
4	К .Градополов. Бокс. М . 1972	Библиотека ДГПУ	8
5	5.С.Н. Коклам. Тайский бокс для начинающих М.: Академический Проспект: Трикта, 2004. – 480 с.	Библиотека ДГПУ	5
6	Жаринов. В.Г. Кикбоксинг. Путь свободы.– М.: Изд – во ЭКСМО , 2002. – 276 с.	Библиотека ДГПУ	4
7	Кадочников. В.Н. Шаг маятник 2006 г. Ростов. 156 с	Библиотека ДГПУ	4
8	Шлахтер Т.С. Путь боевой машины – М.: Карвет, 1999, 231 с.	Библиотека ДГПУ	5
9	Варенников Н.Н. Исскуство самурая. Путь меча: Екатеринбург Юж. – Урал.кн. изд-во, 1998. – 252 с.	Библиотека ДГПУ	5
10	Основы физиологии и анатомии человека. Учебник. , 1996.	Библиотека ДГПУ	6
11	Филатов Ф.Р. Общая психология. Серия «Высший балл». Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 448с.	Библиотека ДГПУ	7
Дополнительная литература			
12	Безопасность жизнедеятельности. Учебник для бакалавров [Электронный ресурс] / М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. - 453 с.	Библиотека ДГПУ	5
13	Березовин Н.А. Основы психологии и педагогики: Учеб.пособие. – Мн.: Новое издание, 2004. – 336 с. (51 - 58)	Библиотека ДГПУ	5
14	БэскиндЭ.Энциклопедия личной безопасности. – М.: Аквариум,1994	Библиотека ДГПУ	5
15	Гостюшин А.В. Защити себя и близких. – М.: «РИПОЛ КЛАССИК», 1997. – 322 с. Гражданский кодекс РФ, М.,2007	Библиотека ДГПУ	5
16	Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М.: Зеркало,1995.	Библиотека ДГПУ	4
17	Мюллер. А.А. . Путь спецназа. Минск. 2003. 215 с.	Библиотека ДГПУ	4
18	Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях. – М.: Проспект, 2008.	Библиотека ДГПУ	5
19	Конституция Российской Федерации. – М.: Юридическая литература, 1993.	Библиотека ДГПУ	5
20	Криминологическая характеристика современных грабежей и разбоев и меры их предупреждения. В.И. Коваленко диссертационное исследование	Библиотека ДГПУ	2
21	Лупинская П.А. Уголовный процесс. М., 1995.	Библиотека ДГПУ	5
22	Малкина – Пых И.Г. Экстремальные ситуации. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960с.	Библиотека ДГПУ	5

23	Основы законодательства РФ о нотариате. Юридическая литература, 2008.	Библиотека ДГПУ	4
24	Платонов Ю.П. Социальная психология поведения: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 464 С.	Библиотека ДГПУ	4
25	Русак О.Н., Малаян К.Р., Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности. – СПб.: «Лань», 2003. – 448 с.	Библиотека ДГПУ	5
26	Саблин В.С., Слаква С.П. Психология человека / В.С.Саблин, С.П. Слаква. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 352с. (129)	Библиотека ДГПУ	5
27	Уголовный кодекс Российской Федерации М., 2007.	Библиотека ДГПУ	4
28	Уголовно-процессуальный кодекс РФ, М.,2007	Библиотека ДГПУ	4
29	Федеральный закон «О прокуратуре». М. : Проспект, 2008.	Библиотека ДГПУ	5

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

1. Информационный портал ОБЖ и БЖД: <http://www.bezopasnost.edu66.ru/>
2. Информация по обеспечению личной, национальной и глобальной безопасности. Нормативные документы, теория БЖ, наука, психология, методика, культура БЖ, электронная библиотека по БЖ: bezopasnost.edu66.ru
3. Основы безопасности жизнедеятельности, гражданская оборона, первая помощь: [Obj.ru](http://obj.ru)
4. Журнал "Безопасность жизнедеятельности": novtex.ru/bjd
5. ОБЖ. Информационно-методическое издание для преподавателей: school-obz.org
6. Центр медицины катастроф Златоуста: <http://gcmk.zlatadm.ru/>
7. biblioclub URL: <http://www.biblioclub.ru/book/57583/>
8. biblioclub URL: <http://www.biblioclub.ru/book/42808/>
9. biblioclub URL: <http://www.biblioclub.ru/book/116766/>
10. biblioclub URL: <http://www.biblioclub.ru/book/116583/>
11. biblioclub URL: <http://www.biblioclub.ru/book/56296/>
12. biblioclub URL: http://www.biblioclub.ru/book/1m9_17529/
13. <http://bibHodub.ru/index.php?page=book&id=271507>
14. <http://bibliodub.ru/mdex.php?page=book&id=271593>
15. <http://bibHodub.ru/index.php?page=book&id=271507>
16. <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135037>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Отличительной особенностью курса по сравнению с другими подобными курсами является сравнительно большой объем регулярно обновляемого материала в соответствии с требованием в быстро меняющейся области профессиональной деятельности ИТ - технологии при небольшой аудиторной учебной нагрузке.

В процессе изучения курса у студентов развиваются такие методы мышления, как выдвижение гипотез и формулирование проблем, анализ, синтез, индукция, дедукция, абстрагирование, конкретизация, обобщение, ограничение, аналогия, противоположность.

В ходе освоения дисциплины, при проведении аудиторных занятий используются такие образовательные технологии как: лекции с использованием наглядных пособий, практические и семинарские занятия с использованием активных и интерактивных форм их проведения, разбираются тестовые задания, проводятся контрольные работы. При организации самостоятельной работы на занятиях используются такие образовательные технологии как: разбор конкретных ситуаций, работа с дополнительной литературой, подготовка устных докладов.

Предусмотрены встречи с представителями МЧС РД.

Учебная работа и содержание деятельности по разделу «Безопасность жизнедеятельности»

Учебная работа подразделяется на следующие виды: занятия в аудитории и самостоятельную работу студентов.

В аудитории проводятся лекции и практические (семинарские) занятия.

Организация лекционных занятий

Первое лекционное занятие отличается от остальных занятий вводной частью. Вводная часть занятия происходит следующим образом:

- знакомство с учебной группой (группами);

- рекомендуется список литературы для самостоятельного изучения по предмету и дается ссылка на программу дисциплины в сети Internet;

- дается краткая характеристика дисциплины «Прикладная физическая подготовка и основы самообороны»;

- описание образовательного процесса по дисциплине в течение семестра.

После этого начинается переход к теме первой лекции. Студенты записывают тему лекции и вопросы, которые будут рассматриваться в ней. Далее излагаются последовательно все вопросы по данной теме. По мере необходимости на доске рисуются диаграммы, графики, таблицы, которые заносят в конспект студенты. Лекции проходят в активной форме: в ходе лекции задаются вопросы аудитории. Приветствуются вопросы от студента к преподавателю.

Примечание. Во время проведения лекционных занятий возможно применение аудио -визуальных средств технических средств.

Организация практических занятий (семинаров)

Практические занятия (семинары) состоят из устных докладов студентов, организации дискуссий и решения задач в режиме соревнований.

Устные доклады организуются следующим образом:

- прослушивается выступление студента по избранной теме;

- студент, выступивший с докладом, отвечает на вопросы от группы или преподавателя, которые возникают после выступления;

- преподаватель дает общую оценку выступлению, в котором указывает на его достоинства и недостатки и ставит оценку студенту за выступление.

Выступления оцениваются по следующим критериям:

- по степени соответствия содержания теме доклада;

- по полноте охвата и глубине знания предмета;

- четкости и аргументированности ответа;

- по уровню изложения материала студентами.

Дискуссии организуются следующим образом:

- выявляются проблемные вопросы (например

- проблема терроризма, от которой страдают люди во многих странах мира);

- студентами предлагаются различные варианты, чтобы жизнь на Земле была более безопасной и комфортной для людей;

- в ходе дискуссий выявляется ряд рациональных решений;

- за наиболее рациональные и оригинальные решения студенты получают оценки.

В предложенных решениях оцениваются полнота охвата и глубина знания проблемы, четкость, аргументированность решений.

Организация решения задач в режиме соревнования.

Группе предлагается задача, которую надо решить правильно и быстро, насколько это возможно. Если наблюдается затруднение в решении, то выдаются подсказки, которые способствуют решению задачи. В решениях задач оценивается ясность, четкость, логичность, а также быстрота решения. За правильное и оперативное решение студенты получают оценки. Если же и после подсказки у группы сохраняется проблема с решением задачи, то преподаватель на доске показывает группе полное решение с подробным объяснением метода решения задачи.

Далее, если есть время, предлагается для решения следующая задача.

К самостоятельной работе студентов относятся: повторение учебного материала с целью закрепления, ознакомление с литературой по данному разделу, подготовка к семинарам и к контрольной работе, работа над рефератом. Во время самостоятельной работы студенты должны усвоить пройденный материал, ознакомиться с дополнительной литературой с целью более глубокого понимания изучаемых вопросов и расширения кругозора.

Подготовка к семинарам и к контрольной работе имеют много общего. В обоих случаях необходимо ознакомиться с дополнительной литературой и тем объемом пройденного лекционного материала, который необходим для подготовки. Отличие заключается в объемах материала. Подготовка к контрольной работе выполняется в объеме всех тем, пройденных до контрольной работы, а к семинару - в объеме одной, двух тем.

Самостоятельная работа над рефератом начинается с выбора исходного материала, в качестве которого могут быть печатные издания, источники из сайтов Internet. После анализа материала составляется краткое оглавление по теме. Затем следует последовательно скомпоновать содержание реферата в соответствии с оглавлением. Помимо текстовой части реферат может включать табличный материал, рисунки, если это улучшает качество изложения. В конце изложения приводится список использованной литературы и ссылки на материалы из сети Internet, если это имеет место. Реферат оформляют печатным или рукописным способом, с оглавлением и титульным листом. Сдача оформленного реферата на проверку возможна в трех вариантах: в печатном виде, в рукописном виде и в виде вложения в формате «DOC» по e-mail.

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Образовательные технологии:

- проблемное обучение;
- групповое самостоятельное обучение;
- коллективное самостоятельное обучение;
- уровневая дифференциация;
- проектное обучение;
- модульное обучение;
- рейтинговое обучение;
- мониторинг уровня обученности (входной и промежуточный тестовые контроли).

Изложение теоретических положений в ходе лекционных занятий с применением современного интерактивного презентационного оборудования. Проведение практических занятий с использованием современной аппаратуры, деловых игр, в том числе ролевых, групповых дискуссий, применение методов тестирования, выполнение индивидуальных заданий студентами, написание самостоятельных и контрольных работ, выполнение заданий в малых проектных группах, итоговое тестирование.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет 50% аудиторных занятий. Занятия лекционного типа составляют 33% аудиторных занятий.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Реализация учебной дисциплины требует наличия типовой учебной аудитории с возможностью подключения технических средств (аудиовизуальных, компьютерных и телекоммуникационных). Оборудование учебной аудитории: экран, мультимедийный проектор, ноутбук.

- оборудованные аудитории (стандартное);
- аудиовизуальные, мультимедийные, технические и компьютерные средства обучения стандартной комплектации;
- комплекты средств самообороны и индивидуальной защиты;
- комплект приспособлений для оказания первой помощи;
- наглядные пособия: плакаты по темам, образцы и копии реальных документов, по обеспечению безопасности, видеофильмы по тематике криминальной безопасности.
- средствами электронно-вычислительной техники, обеспечивающими доступ студентов к их базам данных.
- боксерское трико, борцовки или самбовки. Борцовский или боксерский зал,

12. Специальные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 5 апреля 2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;
- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется институтом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;
- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.