

Министерство просвещения Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический
университет им. Р.Гамзатова»
КАФЕДРА СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН И ЕДИНОБОРСТВ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.03 МОДУЛЬ «ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ВЫБОРУ 3»
Б1.В.ДВ.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (ВОЛЬНАЯ БОРЬБА)

Направление подготовки – 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профили) – «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)»

Квалификация выпускника: Бакалавр

Формы обучения – очная, заочная

Год приема -2024

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль			
очная	2	108	4	44			60	зачет	
заочная	2	108		10		3	93	зачет	

Махачкала, 2024

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины **Б1.В.ДВ.03.01 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (вольная борьба)»** является формирование у выпускника осознанного отношения к занятиям по вольной борьбе и профессиональная подготовка студентов к будущей деятельности педагога по физической культуре и спорту. Задача дисциплины - обеспечение теоретических знаний и профессионально-педагогических навыков, необходимых для преподавания вольной борьбы в учебных заведениях и коллективах физической культуры.

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности. УК-7.2. Владеет технологиями формирования здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.
ПК-1	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета). ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО. ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина **Б1.В.ДВ.03.01 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (вольная борьба)** относится к **Б1.В.ДВ.03 дисциплины (модули) по выбору** учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению 44.03.05 Педагогическое образование. Профили «Физическая культура» и «Дополнительное образование (спортивная подготовка)».

Дисциплина **Б1.В.ДВ.03.01 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (вольная борьба)** прослеживает логическую и содержательно-методическую взаимосвязь с другими дисциплинами профессионального цикла: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биомеханика двигательной

деятельности», «Лечебная физическая культура», «Спортивная медицина», «Биохимия человека»,

Полученные знания о физиологических, биохимических основах адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам и формировании различных двигательных навыков и физических качеств служат основой для успешного прохождения итоговой аттестации и реализации профессиональных компетенций студентов и выпускников.

«Анатомия человека», «Физиология человека», «Безопасность жизнедеятельности», «Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной деятельности», «Биомеханика двигательной деятельности», «Лечебная физическая культура», «Спортивная медицина», «Биохимия человека», «Мониторинг физического развития и функционального состояния».

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

В результате освоения содержания программы у бакалавра должны быть сформированы компетенции: УК-7.ПК-1.

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> - влияние приемов вольной борьбы ПФСС на развитие физических и координационных качеств, укрепление здоровья и профилактику вредных привычек; - средства и методы общей и специальной физической подготовки в спортивной борьбе; - методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся различными видами спортивной борьбы 	<ul style="list-style-type: none"> - использовать средства различных видов спортивной борьбы с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся; - выполнять упражнений из спортивной борьбы на различные группы мышц с учетом их воздействия на адаптационные ресурсы организма и укрепление здоровья, оценивать эффективность их воздействия на организм 	<ul style="list-style-type: none"> - навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «вольной борьбы ПФСС с методикой преподавания»; - навыками и опытом составления комплексов борцовских приемов с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; - способами контроля реакции организма на физическую нагрузку
ПК-1 способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	<ul style="list-style-type: none"> - структуру, состав и дидактические единицы предметной области «Вольной борьбы ПФСС культура»; - основы техники различных технических действий из борьбы, а также требования к ее рациональным вариантам; - основные принципы, 	<ul style="list-style-type: none"> - формулировать цели и задачи преподавания вольной борьбы в различных звеньях системы физического воспитания в соответствии с требованиями ФГОС ОО и учётом возраста, состояния здоровья и физического развития, уровня физической и двигательной- 	<ul style="list-style-type: none"> - навыками и опытом отбора учебного содержания занятий спортивной борьбы для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО; - навыками и опытом рациональной организации и

	<p>средства и методы обучения технике спортивной борьбы;</p> <p>- особенности и методике преподавания спортивной борьбы в различных звеньях системы физического воспитания, включая организацию и проведение соревнований поспортивной борьбы;</p>	<p>координационной подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;</p> <p>- отбирать учебное и предметное содержание занятий спортивной борьбы в соответствии с поставленными целям и задачам для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО, подбирать современные (в том числе информационные) научно обоснованные методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приёмы различных форм работы с занимающимися;</p> <p>- оценивать эффективность занятий спортивной борьбы, анализировать технику гимнастических двигательных действий, определять причины ошибок и корректно применять средства, методы и методические приёмы их устранения</p>	<p>проведения занятий спортивной борьбы, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;</p> <p>- навыками организации и проведения соревнований поспортивной борьбы;</p> <p>- борцовской терминологией для проведения комплексов упражнений физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности</p>
--	--	---	--

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (108 часов). Дисциплина изучается в 3 семестре.

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№2
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108		108
1. Контактная работа:			48
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	4		4
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	44		44
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся			

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№2
с преподавателем			
2. Объем самостоятельной работы обучающихся(СРС)	60		60
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)			
Вид промежуточного контроля:	зачет		зачёт

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№2
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108		108
1. Контактная работа:	8		8
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)			
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	8		8
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем			
2. Объем самостоятельной работы обучающихся(СРС)	97		97
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	3		
Вид промежуточного контроля:	зачет		зачёт

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

очная форма обучения

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)			
			Лек/ пр.подг.	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг.	СР
1.	Вольная борьба как социальное явление	6	2		2/2	2
2.	Принципы формирования судейских функций	6	2		2/2	2
3.	Система упражнений в спортивной борьбе	10			4/4	6/4
4.	Группа приемов борьбы на руках.	10			4/4	6/4

5.	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	10			4/4	6
6.	Группа приемов броски	10			4/4	6/4
7.	Группа приемов мельницы.	10			4/2	6/4
8.	Группа приемов проходы в ноги	10			4/2	6/4
9.	Группа приемов работы в партере.	8			4/2	4/2
10.	Защита, контрприемы в стойке	8			4/2	4/2
11.	Защита, контрприемы в партере	8			4/3	4
12.	Тактическая подготовка в вольной Борьбе	6			2/2	4
13	Общесфизическая подготовка в вольной борьбе	6			2/2	4
Итого:		108	4		44/35	60/24

заочная форма обучения

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Общая трудоёмкость в акад. часах	Трудоёмкость по видам учебных занятий (в акад. часах)			
			Лек/ пр.подг .	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг .	СР
1.	Вольная борьба как социальное явление	8			2	6
2.	Принципы формирования судейских функций	8			2	6
3.	Система упражнений в спортивной борьбе	8			2	6
4.	Группа приемов борьбы на руках.	10			2	8
5.	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	8				8

6.	Группа приемов броски	8				8
7.	Группа приемов мельницы.	8				8
8.	Группа приемов проходы в ноги	8				8
9.	Группа приемов работы в партере.	8				8
10.	Защита, контрприемы в стойке	8				8
11.	Защита, контрприемы в партере	8				8
12.	Тактическая подготовка в вольной Борьбе	8				8
13	Общефизическая подготовка в вольной борьбе	7				7
	Часы на контроль:	3				
	Итого:	108			10	97

5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

Тема 1. Вольная борьба как социальное явление

Спорт как социальное явление. Социальные функции спортивной борьбы как объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества. Социальная интеграция и социализации личности. Специфические спортивные отношения (межличностные, межгрупповые, межколлективные). Спортивная борьба как фактор развертывания международных связей, взаимопонимания и культурного сотрудничества народов, упрочения мира на земле. Основные направления в развитии спортивной борьбы.

Тема 2. Принципы формирования судейских функций

Анализ существующих подходов к подготовке судей и совершенствование процесса подготовки судей по спортивной борьбе. Формирование судейских функций у судей в видах спорта с субъективной оценкой. Динамика становления и развития программ подготовки судей по спортивной борьбе. Требования, предъявляемые спортивной деятельностью к судье в видах спорта с субъективной оценкой. Программы подготовки судей по спортивной борьбе. Методы обучения судей. Методы активного обучения судей. Метод анализа конкретных ситуаций. Метод группового решения задач. Метод группового решения случаев

Тема 3. Система упражнений в спортивной борьбе

Избранные соревновательные упражнения как целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий). Специально-подготовительные упражнения включающие элементы соревновательных действий. Подводящие упражнения. Подготовительные упражнения. Упражнения в виде отдельных частей соревновательного упражнения. Имитационные упражнения. Упражнения из смежных видов спортивных упражнений. Средства и методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия. Средства киноциклографической и видеоманитофонной демонстрации. Методы и приемы направленного «прочувствования» движений, связанные с использованием специальных тренажерных устройств. Средства и методы избирательной демонстрации, ориентирования и лидирования

Тема 4. Группа приемов борьбы на руках.

Методика обучения и техника выполнения перевода рывком за руку, и его разновидностей. Методика обучения ныркам, приемом с захватом головы в стойке. Борьба с положения отключение одной руки. Защита и контрприемы.

Тема 5. Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке

Группы приемов подсады, зацепы, скручивания, подножки, подсечки, подбивы, вертушки, зашагивания, сваливания. Контрприемы и защита от них

Тема 6. Группа приемов броски.

Группы приемов броски подворотом, проворотом, подхваты, наклоном, прогибы, кочерга, нырком под руку, вырывания с воздействием ног и без воздействия. Методика обучение технике выполнения Защита, контрприем.

Тема 7. Группа приемов мельницы.

Группы приемов мельницы. Мельница боковая, мельница классическая. Комбинация мельниц с техническими действиями из борьбы на руках.

Методика обучение технике выполнения. Защита, контрприем.

Тема 8. Группа приемов проходы в ноги

Методика обучения и техника выполнения проходов в ноги. Проход с высокой стойки, низкой стойки, с колен, боковой проход, в ближнюю ногу, дальнюю ногу. Комбинация проходов с рук, с мельницы, с отключения с переводов. Разновидности заключительной фазы проходов в ноги. Методика обучение по технике выполнения по фазам. Защита, контрприем.

Тема 9.Группа приемов работы в партере.

Группа приемов, накаты, скрестные перевороты, нельсон, полунельсон, перекаты, зашагивания в партере, растяжки, перевороты рычагом. Комбинации приемов в партере. Разновидности заключительной фазы проходов в ноги. Методика обучение по технике выполнения по фазам. Защита, контрприем.

Тема 10.Защита, контрприемы в стойке.

Сковывание, маневрирование, связывания, контробвивы, контрподхваты
Методика обучение технике, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

Тема 11.Защита, контрприемы в партере

Сковывание, маневрирование, брауле, выседы, связывания, Методика обучение технике, обучение технического действия по фазам.

Тема 12.Тактическая подготовка в вольной Борьбе

Виды тактик. Оборонительная, комбинированная, пассивная, контратакующая обронительно-атакующая, наступательная Методика обучение тактики, элементы тактик.

Тема 13.Общезфизическая подготовка в вольной борьбе

Специальная и общезфизическая подготовка борцов. Особенности развития физических качеств спортсмена единоборца.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
1	Вольная борьба как социальное явление	Спорт как социальное явление. Социальные функции спортивной борьбы как объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять и развивать определенные потребности личности и общества. Социальная интеграция и социализации личности. Специфические спортивные отношения (межличностные, межгрупповые, межколлективные). Спортивная борьба как фактор развертывания международных связей, взаимопонимания и культурного сотрудничества народов, упрочения мира на земле. Основные направления в развитии спортивной борьбы.
2	Принципы формирования судейских функций	Анализ существующих подходов к подготовке судей и совершенствование процесса подготовки судей по спортивной борьбе. Формирование судейских функций у судей в видах спорта с субъективной оценкой. Динамика становления и развития программ подготовки судей по спортивной борьбе. Требования, предъявляемые спортивной деятельностью к судье в видах спорта с субъективной оценкой. Программы подготовки судей по спортивной борьбе. Методы обучения судей. Методы

		активного обучения судей. Метод анализа конкретных ситуаций. Метод группового решения задач. Метод группового решения случаев
3	Система упражнений в спортивной борьбе	Избранные соревновательные упражнения как целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий). Специально-подготовительные упражнения включающие элементы соревновательных действий. Подводящие упражнения. Подготовительные упражнения. Упражнения в виде отдельных частей соревновательного упражнения. Имитационные упражнения. Упражнения из смежных видов спортивных упражнений. Средства и методы словесного, наглядного и сенсорно-коррекционного воздействия. Средства киноциклографической и видеоманитофонной демонстрации. Методы и приемы направленного «прочувствования» движений, связанные с использованием специальных тренажерных устройств. Средства и методы избирательной демонстрации, ориентирования и лидирования
4	Группа приемов борьбы на руках.	Методика обучения и техника выполнения перевода рывком за руку, и его разновидностей. Методика обучения ныркам, приемом с захватом головы в стойке. Борьба с положения отключение одной руки. Защита и контрприемы.
5	Группа приемов работа обоюдном обхвате в стойке	Группы приемов подсады, зацепы, скручивания, подножки, подсечки, подбивы, вертушки, зашагивания, сваливания. Контрприемы и защита от них
6	Группа приемов броски	Группы приемов броски подворотом, проворотом, подхваты, наклоном, прогибы, кочерга, нырком под руку, вырывания с воздействием ног и без воздействия. Методика обучение технике выполнения Защита, контрприем.
7	Группа приемов мельницы.	Группы приемов мельницы. Мельница боковая, мельница классическая. Комбинация мельниц с техническими действиями из борьбы на руках. Методика обучение технике выполнения. Защита, контрприем.
8	Группа приемов проходы в ноги	Методика обучения и техника выполнения проходов в ноги. Проход с высокой стойки, низкой стойки, с колен, боковой проход, в ближнюю ногу, дальнюю ногу. Комбинация проходов с рук, с мельницы, с отключения с переводов. Разновидности заключительной фазы проходов в ноги. Методика обучение по технике выполнения по фазам. Защита, контрприем.

9	Группа приемов работы в партере.	Группа приемов, накаты, скрестные перевороты, нельсон, полунельсон, перекаты, зашагивания в партере, растяжки, перевороты рычагом. Комбинации приемов в партере. Разновидности заключительной фазы проходов в ноги. Методика обучения по технике выполнения по фазам. Защита, контрприем.
10	Защита, контрприемы в стойке	Сковывание, маневрирование, связывания, контробвивы, контрподхваты Методика обучение технике, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
11	Защита, контрприемы в партере	Сковывание, маневрирование, брауле, выседы, связывания, Методика обучение технике, обучение технического действия по фазам.
12	Тактическая подготовка в вольной Борьбе	Виды тактик. Оборонительная, комбинированная, пассивная, контратакующая обронительно-атакующая, наступательная Методика обучение тактики, элементы тактик.
13	Общефизическая подготовка в вольной борьбе	Специальная и общефизическая подготовка борцов. Особенности развития физических качеств спортсмена единоборца.

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

7.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости

Указывается перечень компетенций в процессе освоения образовательной программы.

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины (модуля)	Средства текущего контроля успеваемости	Перечень компетенций
1	Вольная борьба как социальное явление	Устный опрос	УК-7, ПК-1
2	Принципы формирования судейских функций	Тестирование	УК-7, ПК-1
3	Система упражнений в спортивной борьбе	Устный опрос	УК-7, ПК-1
4	Группа приемов борьбы на руках.	Тестирование	УК-7, ПК-1
5	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	Устный опрос	УК-7, ПК-1

6	Группа приемов броски	Написание докладов Устный опрос	УК-7, ПК-1
7	Группа приемов мельницы.	Тестирование	УК-7, ПК-1
8	Группа приемов проходы в ноги	Устный опрос	УК-7, ПК-1
9	Группа приемов работы в партере.		УК-7, ПК-1
10	Защита, контрприемы в стойке	Устный опрос	УК-7, ПК-1
11	Защита, контрприемы в партере	Устный опрос	УК-7, ПК-1
12	Тактическая подготовка в вольной Борьбе		
13	Общесфизическая подготовка в вольной борьбе	Тестирование	УК-7, ПК-1

БАЛЛЬНО-РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В университете *балльно-рейтинговой системы* (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» - **85-100 баллов;**
- «хорошо» - **70-84 баллов;**
- «удовлетворительно» - **51-69 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, проставив 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 в качестве премиальных баллов, начисляемых обучающемуся:

Показатель	Баллы
Публикация статьи в журнале, сборнике трудов российской, региональной, вузовской конференции	От 5 до 10
Публикация тезисов статьи в сборнике трудов российской, региональной, вузовской конференции, депонирование статьи	От 5 до 10
Доклады на конференциях: внутривузовских, межвузовских, всероссийских и международных	От 5 до 10
Участие в конкурсах грантов: внутривузовский, региональный, всероссийский и международный	От 10 до 15
Участие в конкурсах НИРС: внутривузовский, региональный, всероссийский и международный	От 5 до 10
Участие в изготовлении демонстрационных материалов, наглядных и учебно-методических пособий и т.д.	От 5 до 10
Получение патента, свидетельства на охрану интеллектуальной собственности	От 10 до 15
Участие в вузовской, межвузовской, всероссийской олимпиадах	От 5 до 10
Внедрение результатов исследований в учебный, производственный процесс	От 5 до 10

Весомость среднего рейтингового балла и баллов, полученных на пересдаче, 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.

Таблица 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 (51-69 баллов)	Хорошо (70-84 баллов)	Отлично (85-100 баллов)

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

- балльно-рейтинговая ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость;
- зачетно- экзаменационно ведомость на передачу;
- 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».

Обучающиеся обязаны выполнять все виды работ, предусмотренные рабочей программой дисциплины (др. элемента учебного плана).

Обучающиеся имеют право:

- знакомиться с рабочей программой, учебно-методическими и информационными материалами изучаемой дисциплины;
- знакомиться с рейтинговой шкалой и критериями оценки;
- получать у преподавателей аргументированные сведения о накопленных суммах баллов по дисциплинам;
- студент имеет право добирать недостающие баллы по установленному преподавателем контрольному мероприятию текущего контроля только один раз.

Преподаватели обязаны:

- своевременно составлять и предоставлять на кафедру балльно-рейтинговую ведомость по дисциплине;
- сообщать обучающимся в начале каждого семестра шкалу и критерии оценки по всем видам деятельности (работ);
- своевременно выставлять в ведомость учета рейтинговые баллы, набранные обучающимися;

- знакомить обучающихся с рейтинг-планом по дисциплине, ведомостью учета рейтинговых баллов.

Преподаватели имеют право:

- вносить предложения по совершенствованию технологии построения и применения рейтинговой системы в Университете;

- распределять баллы на текущий, рубежный и итоговый контроль по дисциплине из общего количества баллов, выделенных на эти виды аттестации.

Кафедры обязаны систематически анализировать результаты применения рейтинговой системы.

- своевременно составлять и предоставлять преподавателям балльно-рейтинговую ведомость по дисциплине.

Имеют право вносить предложения по совершенствованию технологии построения и применения рейтинговой системы в Университете.

Кафедры несут ответственность за:

- своевременное составление и заполнение ведомостей преподавателями своей кафедры;

- внесение результатов контрольных срезов в ИС «ДЕКАНАТ»;

- анализ опыта работы по рейтинговой системе оценки качества подготовки студентов по дисциплинам кафедры.

7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

1. Семестр – 2; форма аттестации – зачет.

2. Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Спорт как социальное явление
2. Социальные функции спортивной борьбы
3. Спортивная борьба как фактор разворачивания международных связей, взаимопонимания и культурного сотрудничества народов
4. Основные направления в развитии спортивной борьбы
5. Современный подход к подготовке судей
6. Формирование судейских функций у судей в видах спорта с субъективной оценкой
7. Программы подготовки судей по спортивной борьбе
8. Методы обучения судей
9. Метод анализа конкретных ситуаций
10. Метод группового решения задач и решения случаев
11. Избранные соревновательные упражнения как целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий).
12. Специально-подготовительные упражнения включающие элементы соревновательных действий.
13. Подводящие упражнения и подготовительные упражнения.
14. Имитационные упражнения.
15. Состав судейской бригады
16. Состав судейской коллегии
17. Система определения победителей
18. Определение понятия «техника» и «тактика»
19. Значение физических качеств в борьбе
20. Основные захваты в вольной борьбе
21. Средства и методы обучения вольной борьбы
22. Методика обучения переводу рывком за руку
23. Методика обучения переводу нырком под руку

24. Методика обучения перевороту накатом
25. Методика обучения броску поворотом
26. Методика обучения броску подворотом
27. Методика обучения броску вращением
28. Методика обучения броску наклоном
29. Методика обучения броску обратным захватом дальнего бедра
30. Методика обучения броску обратным захватом туловища
31. Методика обучения броску накатом
32. Методика обучения броску прогибом зашагиванием
33. Методика обучения броску прогибом захватом рук сверху
34. Методика обучения броску прогибом захватом руки и туловища
35. Методика обучения сваливания сбиванием
36. Методика обучения сваливания скручиванием
37. Методика обучения переворота переходом
38. Методика обучения переворота разгибанием

3. Перечень компетенций и индикаторов их достижения, описание критериев оценивания компетенций представляются в таблице

Код компетенции, индикаторы достижения компетенции	Уровни освоения компетенций			
	Продвинутый	Базовый	Пороговый	Не освоены компетенции
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	«зачтено»			«не зачтено»
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p> <p>УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент знает методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент показывает хорошие знания, но при этом его ответ требует лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен.</p>	<p>Не знает методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся различными видами вольной борьбы ПФСС</p>
<p>УК-7.2 Владеет технологиями формирования здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент владеет навыками и опытом составления методики вольной борьбы ПФ по спортивной борьбе комплексов с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; способами контроля реакции организма на физическую нагрузку</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент владеет навыками и опытом проведения приемов вольной борьбы составления; полностью выполнил намеченные на курс обучения практико-ориентированные (методико-практические) задания, но в проведении отдельных видов практико-ориентированных заданий</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил в основном методико-практические задания, однако, не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел умениями составления комбинаций и приемов вольной борьбы с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся;</p>	<p>Не владеет навыками и опытом составления связок приемов и комбинаций вольной борьбы с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; способами контроля реакции организма на физическую нагрузку</p>

		допускавший незначительные ошибки.	способами контроля реакции организма на физическую нагрузку в их практической реализации.	
<p>ПК-1Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения, и навыки в предметной области при решении профессиональных задач.</p> <p>ПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).</p>	Оценка «отлично» выставляется, если студент знает основные принципы, средства и методы обучения технике борцовских упражнений	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	Не знает основные принципы, средства и методы обучения технике спортивной борьбы
<p>ПК-1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.</p>	Оценка «отлично» выставляется, если студент умеет отбирать учебное и предметное содержание занятий по вольной борьбе в соответствии с поставленными целям и задачам для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО, подбирать современные (в том числе информационные) научно обоснованные методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приёмы различных форм работы с занимающимися	Оценка «хорошо» выставляется, если студент в основном овладел методикой отбора учебного и предметного содержания для занятий вольной борьбы в соответствии с поставленными целями и задачами, опираясь на теоретические знания по дисциплине. Допускал незначительные недочёты в определении основных задач обучения и организации учебного процесса; в подборе методов обучения и воспитания.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент испытывает затруднения в отборе учебного и предметного содержания для занятий вольной борьбой. При этом выполнил в основном методико-практические задания, однако, но не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел основными положения учебного материала.	Не умеет отбирать учебное и предметное содержание занятий вольной борьбой ПФСС в соответствии с поставленными целям и задачам для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО, подбирать современные (в том числе информационные) научно обоснованные методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приёмы различных форм работы с занимающимися
<p>ПК-1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.</p>	Оценка «отлично» выставляется, если студент владеет умением отбора учебного содержания занятий гимнастикой для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО; навыками и опытом рациональной организации и проведения занятий гимнастикой, а также оценки их эффективности в соответствии с	Оценка «хорошо» выставляется, если студент овладел методикой и технологией обучения борцовским приемам; показал умения, опираясь на теоретические знания по дисциплине, определять основные задачи обучения и организации учебного процесса; владеет проектными умениями (создания	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил в основном методико-практические задания, однако, не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел техникой борьбы и проектными умениями в их практической реализации; допускал ошибки в организации и проведении занятий спортивной борьбе.	Не владеет умением отбора учебного содержания занятий борьбой для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО; навыками и опытом рациональной организации и проведения вольной борьбы, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой

	<p>требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся</p>	<p>проектов учебного процесса), способами решения различных педагогических ситуаций. Определяет средства обучения упражнениям, но выбор их несколько ограничен.</p>		<p>контингента занимающихся</p>
--	---	---	--	-------------------------------------

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Перечень основной учебной литературы

1. Шахмурадов Ю.А. Базовые приемы для групп начальной подготовки (3-й год обучения 12-13 лет) в партере. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба, Махачкала 2011
2. Гаджиагаев С.М., Гаджиагаев Т.С. Спортивная борьба на поясах народов Северного Кавказа. Учебное пособие. Махачкала, 2010.
3. Туманян С.Г. Кроссовая подготовка. Туманян С.Г. Физическая подготовка, часть 3 кн.16. Москва 2002
- 4.Туманян С.Г. Нагрузка как основной компонент метода тренировки. Туманян Г.С. Спортивная борьба ТЗ, Москва,1998.
5. Формирование судейских функций. Туманян Г.С. Спортивная борьба ТЗ, Москва, 1998.
5. Шахов Ш.К., Мансуров Т.М. Методические основы спортивной подготовки» греко-римская борьба. Махачкала, 2011.
Шахов Ш.К., Мансуров Т.М. Физическая подготовка борцов вольного стиля. Методическое пособие для студентов ИФКиС и тренеров ДЮСШ, ДЮСШОР и ШВСМ. Махачкала, 2010.

8.2. Перечень дополнительной учебной литературы

1. Шулятьев В.М. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М.- Электрон.текстовые данные.- М.: Российский университет дружбы народов, 2009.- 280 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11556.html>.- ЭБС «IPRbooks»
2. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Е.С. Григорович [и др.]- Электрон.текстовые данные.- Минск: Вышэйшая школа, 2011.- 350 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20295.html>.- ЭБС «IPRbooks»

8.3. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. <http://www.ict.edu.ru/>- Система федеральных образовательных порталов.
2. Страница начинающего учителя. <http://yesnet.purpe.ru/youngteach/first.htm>.
3. Каталог Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов. Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>
4. Сайт издательства «Просвещение»: <http://www.prosv.ru>.
5. Научная электронная библиотека - elibrary.ru
6. Открытая электронная библиотека. – URL: <http://orel.rsl.ru>
7. Электронно-библиотечная система – IPRBOOKS - iprbookshop.ru
8. Фундаментальная библиотека ДГПУ - <http://lib.dspu.ru>

8.4. Перечень информационных технологий и программного обеспечения

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимо использование следующего лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Операционная система: Windows XP.
2. Пакет офисных программ MicrosoftOffice.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

1. Для проведения лекционных и практических занятий необходима аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).
2. Для отдельных занятий необходим компьютерный класс.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к изучению дисциплины, обучающимся целесообразно ознакомиться с ее рабочей программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке университета, а также с предлагаемым перечнем заданий.

Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям

Лекционные занятия

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Каждая из лекций сопровождается компьютерной презентацией. Кроме того, в конце каждой лекции с целью создания условий для осмысления содержания лекционного материала обучающимся предлагается ответить на вопрос для размышления. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

Практические занятия

В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом важно учитывать рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Важно также опираться на конспекты лекций. В ходе занятия важно внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы, активно участвовать в обсуждении изучаемых вопросов. В ходе своего выступления целесообразно использовать как технические средства обучения, так и традиционные, то есть доску и мел (при необходимости).

Организация внеаудиторной деятельности обучающихся

Внеаудиторная деятельность обучающегося по данной дисциплине предполагает самостоятельный поиск информации, необходимой, во-первых, для выполнения заданий самостоятельной работы (инвариантной и вариативной частей) и, во-вторых, подготовку к текущей и промежуточной аттестации. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у обучающегося умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий.

Подготовка к зачету (экзамену)

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнения работы. Лучше, если можно перевыполнить план. Тогда всегда будет резерв времени. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержащихся в данной программе.

11. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

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 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.

Автор рабочей программы дисциплины: *«Повышение профессионального мастерства по вольной борьбе»* доцент кафедры спортивных дисциплин и единоборств, к.и.н., доцент Гаджиагаев Т.С.