

**Министерство просвещения Российской Федерации**  
**ФГБОУ ВО "Дагестанский государственный педагогический**  
**университет им. Р.Гамзатова"**  
Кафедра спортивных дисциплин и единоборств



**Рабочая программа дисциплины**  
**Б1.О.04. МОДУЛЬ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ**  
**ТРЕНИРОВКИ»**

**Б1.О.06.05 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ВОЛЬНОЙ**  
**БОРЬБЫ**

**Направление подготовки - 49.03.01 Физическая культура**

**Направленность (профиль) – Спортивная тренировка**

**Квалификация выпускника: бакалавр**

**Формы обучения – очная, заочная**

**Сроки обучения – 4 года, 4 года 6 мес.**

**Год приема – 2024**

Форма обучения	Се мес тр	Трудое мкость	Виды учебной работы					СР С	Форма аттеста ции
			Лекц ии	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промеж. контрол ь			
очная	6	144	16	32		9	87	зачет	
заочная	6	144	4	6		6	128	зачет	

**Махачкала, 2024**

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

**Целью освоения** дисциплины **Б1.О.06.05«Теория и методика обучения вольной борьбы»** является формирование у выпускника осознанного отношения к занятиям по греко-римской 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 греко-римской борьбы в учебных заведениях и коллективах физической культуры.

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
ОПК-1	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	<p>ОПК-1.1. Понимает и объясняет сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.</p> <p>ОПК-1.2. Применяет в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p> <p><b>ОПК-1.3</b> владеет юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; -отлично навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную деятельность педагогических работников сферы физической культуры и спорта; - опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики.</p>
ОПК-3.	Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	<p>ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p> <p>ОПК-3.3 Знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными</p>

		потребностями.
ОПК-7.	Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	<p>ОПК-7.1. Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.</p> <p>ОПК-7.2. Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.</p> <p>ОПК-7.3. Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.</p>

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина **Б1.О.06.05«Теория и методика обучения вольной борьбы»** относится к дисциплинам обязательной части по направлению подготовки бакалавра 49.03.01- физическая культура, профиль: спортивная тренировка.

Дисциплина **Б1.О.06.05«Теория и методика обучения вольной борьбы»** 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», «Мониторинг физического развития и функционального состояния»; а также с дисциплинами раздела «Физическая культура» - основополагающими теоретическими и практическими дисциплинами, формирующими естественнонаучные основы физического воспитания и спорта, необходимые для достижения высоких спортивных результатов и сохранения здоровья спортсменов, адекватного выбора спортивной специализации.

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.

Знания о медико-биологических основах спортивной тренировки являются инструментом в руках тренеров и специалистов в области физического воспитания, позволяющим им совершенствовать морфофункциональное и физическое развитие спортсменов в спорте высших достижений.

Требования, предъявляемые к «входным» знаниям. Студент должен обладать знаниями, полученными при изучении предшествующих учебных

дисциплин «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».

Дисциплина изучается на в 6 семестре на очной форме обучения и в 6 семестре на заочной форме обучения.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: ОПК-1, ОПК-3, ОПК-7

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
<b>ОПК-1</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	понимает и объясняет сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.	применять в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.	юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; -отлично навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную деятельность педагогических работников сферы физической культуры и спорта; - опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики.
<b>ОПК-3.</b> Способен организовывать совместную и индивидуальную	основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для	использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и	проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и

учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.	индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
<b>ОПК-7-</b> Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.	Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.	Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4** зачетных единицы (144 часа). Дисциплина изучается в **6** семестре.

#### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№6
<b>Общая трудоемкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>144</b>		<b>144</b>
<b>1. Контактная работа:</b>	<b>48</b>		<b>48</b>
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	16		16
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	32		32
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			
<b>2. Объем самостоятельной работы обучающихся (СРС)</b>	<b>87</b>		<b>87</b>
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	<b>9</b>		<b>9</b>

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№6
Вид промежуточного контроля:	экзамен		экзамен

### Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№8
<b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>108</b>		<b>108</b>
<b>1. Контактная работа:</b>	<b>48</b>		<b>48</b>
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	4		4
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	6		6
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			
<b>2. Объем самостоятельной работы обучающихся(СРС)</b>	<b>128</b>		<b>128</b>
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)	<b>6</b>		<b>6</b>
Вид промежуточного контроля:	экзамен		экзамен

### 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. <sup>1</sup>	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг.	СР
1	Вольная борьба как социальное явление	12	2		2	8
2	Принципы формирования судебных функций	10	2		2	6

3	Система упражнений в спортивной борьбе	10	2		2	6
4	Группа приемов борьбы на руках.	10	2		2	6
5	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	10	2		2	6
6	Группа приемов броски	12	2		2	8
7	Группа приемов мельницы.	10	2		2	6
8	Группа приемов проходы в ноги	11	2		2	7
9	Группа приемов работы в партере.	10			2	8
10	Защита, контрприемы в стойке	10			4	6
11	Защита, контрприемы в партере	10			4	6
12	Тактическая подготовка в вольной Борьбе	10			4	6
13	Общесфизическая подготовка в вольной борьбе	10			2	8
	<i>Курсовое проектирование</i>					
	<i>Консультация к экзамену</i>					
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	9				
	Итого:	144	16		32	87

### 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. <sup>2</sup>	Лаб / пр.подг.	Пр/ пр.подг.	СР
1	Вольная борьба как социальное явление	12	2			10
2	Принципы формирования судейских функций	10	2			8
3	Система упражнений в спортивной борьбе	10			2	8

4	Группа приемов борьбы на руках.	12			2	10
5	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	10			2	8
6	Группа приемов броски	12				12
7	Группа приемов мельницы.	10				10
8	Группа приемов проходы в ноги	12				12
9	Группа приемов работы в партере.	10				10
10	Защита, контрприемы в стойке	10				10
11	Защита, контрприемы в партере	10				10
12	Тактическая подготовка в вольной Борьбе	10				10
13	Общефизическая подготовка в вольной борьбе	10				10
	<i>Курсовое проектирование</i>					
	<i>Консультация к экзамену</i>					
	<i>Подготовка к экзамену (зачету)</i>	6				
	Итого:	144	4		6	128

## 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 видеомагнитофонной 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. Общефизическая подготовка в вольной борьбе**

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

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела дисциплины</b>	<b>Вид самостоятельной работы обучающихся</b>
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	Избранные соревновательные упражнения как целостные двигательные действия (либо совокупность двигательных действий). Специально-подготовительные упражнения

	спортивной борьбе	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 в 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 обучение по технике выполнения по фазам. Защита, контрприем.

10	Защита, контрприемы в стойке	Сковывание, маневрирование, связывания, контрбвивы, 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	Общезфизическая подготовка в вольной борьбе	Специальная и общезфизическая 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	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
2	Принципы формирования судейских функций	Тестирование	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
3	Система упражнений в спортивной борьбе	Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
4	Группа приемов борьбы на руках.	Тестирование	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
5	Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке	Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
6	Группа приемов броски	Написание докладов Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
7	Группа приемов мельницы.	Тестирование	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
8	Группа приемов проходы в ноги	Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7

9	Группа приемов работы в партере.		ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
10	Защита, контрприемы в стойке	Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
11	Защита, контрприемы в партере	Устный опрос	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
12	Тактическая подготовка в вольной Борьбе		ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7
13	Общезыическая подготовка в вольной борьбе	Тестирование	ОПК-1,ОПК-3,ОПК-7

*При использовании балльно-рейтинговой системы оценивания знаний обучающихся приводится рейтинг-план.*

**Результаты формирования компетенций по дисциплине оцениваются по балльно-рейтинговой системе.**

Всего по дисциплине студент может набрать 100 баллов (или более с учетом бонусных баллов), из которых 20 баллов составляют баллы за посещаемость, 50 – за активность и 30 студент получает на зачете или на экзамене.

Всего по дисциплине предусмотрено два модуля. Для расчета баллов, полученных студентом за модуль и итогового рейтинга с учетом трудоемкости дисциплины, включенной в учебный план, показатели (по посещению, активности, рубежного контроля) перемножаются на соответствующие коэффициенты. Данные коэффициенты определяются отдельно для каждого модуля следующим образом:

Коэффициент посещения -  $K_{\text{посещ.}}=10/N_{\text{зан.}}$

Коэффициент активности -  $K_{\text{актив.}}=25/N_{\text{актив.}}$

Где:

$N_{\text{зан.}}$  – количество занятий (пар) по дисциплине в данном модуле;

$N_{\text{актив.}}$  – максимальное количество баллов, которое может набрать студент на занятиях (практических, семинарских, лабораторных) в данном модуле + баллы, полученные на рубежном контроле.

Баллы, полученные студентами, заносятся в журнал БРС сразу после окончания занятия, во время которого эти баллы были получены.

Оценка на промежуточном контроле (экзамен) выставляется по результатам баллов, полученным студентом в сумме обоих модулей по следующей таблице

Набранные студентом баллы	Оценка на промежуточном контроле, если дисциплина завершается экзаменом (зачетом с оценкой)	Оценка на промежуточном контроле, если дисциплина завершается зачетом
от 0 до 50	неудовлетворительно	не зачтено
от 51 до 65	удовлетворительно	зачтено
от 66 до 79	хорошо	

от 80 до 100	отлично	
--------------	---------	--

Для процедуры оценивания используются тесты, контрольные работы.

Наиболее способным студентам преподаватель рекомендует специальную научную разработку отдельных тем и проблем курса в рамках работы кафедрального кружка студенческого научного общества с последующими выступлениями на ежегодных научных конференциях университета.

*Тестирование:* на практических занятиях реализуется **тестирование** студентов с целью контроля результатов их самостоятельной работы по усвоению основных понятий и тем курса.

***Оценка работы с тестовыми заданиями:***

0- 20 % правильных ответов оценивается как «неудовлетворительно»; 30-50% - «удовлетворительно»; 60-80% - «хорошо»; 80-100% – «отлично».

***Система оценки ответа студента на зачете:***

Оценка "незачтено" выставляется при незнании основных вопросов материала или при наличии грубых ошибок в ответах на них, неумении на основе теоретических знаний решать практические задачи.

Оценка "зачтено" выставляется при достаточно полном знании материала учебной программы, отсутствии существенных неточностей при его изложении и в ответах на вопросы, умении решать практические задачи. ***Система оценки ответа студента на экзамене:***

Оценка за каждый вопрос и итоговая оценка выставляется в 4-х бальной системе: "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно". При этом:

Оценка "отлично" выставляется при глубоком и всестороннем знании материала учебной программы, грамотном и логически стройном его изложении, умении на основе теоретических знаний решать практические задачи.

Оценка "хорошо" выставляется при твердом и достаточно полном знании материала учебной программы, отсутствии существенных неточностей при его изложении и в ответах на вопросы, умении решать практические задачи.

Оценка "удовлетворительно" выставляется при наличии неточностей в знании основного материала, при допущении ошибок при выполнении практических заданий.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется при незнании основных вопросов экзаменационного билета или наличии грубых ошибок в ответах на них, неумении на основе теоретических знаний решать практические задачи.

## **7.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации**

### **1. Семестр –1 ; форма аттестации – зачет.**

## 2. Примерный перечень вопросов к зачету.

1. Спорт как социальное явление
2. Социальные функции вольной борьбы
3. Спортивная борьба как фактор развертывания международных связей, взаимопонимания и культурного сотрудничества народов
4. Основные направления в развитии вольной борьбы
5. Современный подход к подготовке судей
6. Формирование судейских функций у судей в видах спорта с субъективной оценкой
7. Программы подготовки судей по вольной 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>ОПК-1. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики</p> <p>ОПК-1.1. Понимает и объясняет суть и приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент хорошо знает нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики и способен осуществлять по ним свою профессиональную деятельность</p> <p>Студент хорошо понимает и объясняет суть и приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства. Его ответы полны, логичны и последовательны</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент хорошо понимает и объясняет суть и приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, демонстрирует ориентацию в знании законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации. Разбирается в нормативных документах по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального образования, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства. 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>Посредственно понимает и объясняет суть и приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации.</p> <p>С трудом разбирается в нормативных документах по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.</p>	<p>Не знает, не понимает, не может объяснить суть и приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, Не знает законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность в Российской Федерации Не знает нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.</p>

<p>ОПК-1.2. Применяет в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>хорошо умеет и применять</b> в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент показывает хорошие знания, в области применения в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности. 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. Недостаточно эффективно. Применяет в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, плохо обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности. Ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен.</p>	<p>Не способен Применять в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, не обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.</p>
<p>ОПК-1.3 владеет юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; -отлично навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную педагогических работников сферы физической культуры и спорта; - опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>хорошо владеет</b> юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; -навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную педагогических работников сферы физической культуры и спорта; Отлично владеет опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики.</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент показывает хорошие знания, в области юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; неплохо владеет навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную педагогических работников сферы физической культуры и спорта; Неплохо владеет опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики. Но при этом его ответ требует лишь незначительных</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. владеет юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; посредственно навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную педагогических работников сферы физической культуры и спорта; и слабым опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики. Ответ требует</p>	<p>Не владеет юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; Не владеет навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную педагогических работников сферы физической культуры и спорта; не владеет опытом проектирования и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики</p>

		уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	серьёзных дополнений, не всегда последователен и логичен.	
<p>ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>хорошо</b> способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>Отлично проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, в области способности организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>Умеет Проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>При этом ответы требуют 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 раскрыты способности организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>Ответ студента требует серьёзных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала</p>	<p><b>Не знает и</b> принципы, и не способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p> <p>Не проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p>
<p>ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент хорошо использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, в области. Использования педагогически обоснованных содержания, форм, методов и приемов организации совместной и индивидуальной учебной и</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и</p>	<p><b>Не умеет</b> использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности</p>

	деятельности обучающихся.	воспитательной деятельности обучающихся При этом ответы требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся. Ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	обучающихся.
ОПК-3.3. Знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с обучающимися с особыми образовательными потребностями.	Оценка «отлично» выставляется, если студент знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, в области основ применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями. При этом ответы требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями. Ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	Не знает основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.
ОПК-7. Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ  ОПК-7.1. Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.	Оценка «отлично» выставляется, если студент хорошо способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ. Хорошо умеет взаимодействовать с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания,	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах способности взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ и вопросах взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко в способности взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ Недостаточно глубоко взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере	Не способен взаимодействовать со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.

	развития обучающегося.	Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося. Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	
ОПК-7.2. Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-педагогического консилиума.	Оценка «отлично» выставляется, если студент хорошо взаимодействует со специалистами в рамках психолого-педагогического консилиума.	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-педагогического консилиума. Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но недостаточно глубокие знания в области взаимодействия со специалистами в рамках психолого-педагогического консилиума. 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 способен взаимодействовать с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.
ОПК-7.3. Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	Оценка «отлично» выставляется, если студент хорошо взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах взаимодействия с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но недостаточно глубокие знания в области взаимодействия с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др. Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и	Не способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач  Не демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления, аргументированно формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное

			адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	решение.
--	--	--	---	----------

## **8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### **8.1.Перечень основной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

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.

6. 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: Высшэйшая школа, 2011.- 350 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20295.html>.- ЭБС «IPRbooks»

### **8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», 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](http://elibrary.ru)
6. Открытая электронная библиотека. – URL: <http://orel.rsl.ru>
7. Электронно-библиотечная система – IPRBOOKS - [iprbookshop.ru](http://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.
3. Борцовский зал с наглядными пособиями манекенами, тренажерами

## **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:***профессор кафедры спортивных дисциплин и единоборств, к.п.н., профессор Гаджиагаев С.М.-К.*

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ: Б1.О.06.05 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ**

**1. Целью освоения** дисциплины **Б1.О.06.05 «Теория и методика обучения вольной борьбы»** является формирование у выпускника осознанного отношения к занятиям по греко-римской 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 греко-римской борьбы в учебных заведениях и коллективах физической культуры.

### **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина **Б1.О.06.05 «Теория и методика обучения вольной борьбы»** относится к дисциплинам обязательной части по направлению подготовки бакалавра 49.03.01- физическая культура, профиль: спортивная тренировка.

Дисциплина **Б1.О.06.05 «Теория и методика обучения вольной борьбы»** 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», «Мониторинг физического развития и функционального состояния»; а также с дисциплинами раздела «Физическая культура» - основополагающими теоретическими и практическими дисциплинами, формирующими естественнонаучные основы физического воспитания и спорта, необходимые для достижения высоких спортивных результатов и сохранения здоровья спортсменов, адекватного выбора спортивной специализации.

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.

Знания о медико-биологических основах спортивной тренировки являются инструментом в руках тренеров и специалистов в области физического воспитания, позволяющим им совершенствовать

морфофункциональное и физическое развитие спортсменов в спорте высших достижений.

Требования, предъявляемые к «входным» знаниям. Студент должен обладать знаниями, полученными при изучении предшествующих учебных дисциплин «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».

Дисциплина изучается на в 6 семестре на очной форме обучения и в 6 семестре на заочной форме обучения.

### 3. Требования к результатам освоения дисциплины:

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: ОПК-1, ОПК-3, ОПК-7

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
<b>ОПК-1</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	понимает и объясняет сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного,	применять в своей деятельности основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики, обеспечивает конфиденциальность сведений о субъектах образовательных отношений, полученных в процессе профессиональной деятельности.	юридической терминологией в области физкультурно-спортивной деятельности; -отлично навыками самостоятельной работы с нормативными правовыми документами, регламентирующими физкультурно-спортивную деятельность и профессиональную деятельность педагогических работников сферы физической культуры и спорта; - опытом проектирования

	<p>начального общего, основного общего, среднего общего, среднего профессионального образования, профессионального обучения, законодательства о правах ребенка, трудового законодательства.</p>		<p>и реализации собственной профессиональной деятельности на основе соблюдения правовых норм и норм профессиональной этики.</p>
<p><b>ОПК-3.</b> Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями и, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов</p>	<p>основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>	<p>использовать педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p>	<p>проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>
<p><b>ОПК-7</b> С Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ</p>	<p>Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося.</p>	<p>Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.</p>	<p>Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.</p>

**4.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы (144 часа).**

**5. Семестр: 6**

**6. Основные разделы дисциплины (модуля):**

- 1.Вольная борьба как социальное явление
- 2.Принципы формирования судейских функций
- 3.Система упражнений в спортивной борьбе
- 4.Группа приемов борьбы на руках.
- 5.Группа приемов работа в обоюдном обхвате в стойке
- 6.Группа приемов броски
- 7.Группа приемов мельницы.
- 8.Группа приемов проходы в ноги
- 9.Группа приемов работы в партере.
- 10.Защита, контрприемы в стойке
- 11.Защита, контрприемы в партере
- 12.Тактическая подготовка в вольной борьбе
- 13.Общefизическая подготовка в вольной борьбе

**7.Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: Экзамен.**

**8.Автор рабочей программы дисциплины: «Теория и методика обучения вольной борьбы»** *доцент кафедры спортивных дисциплин и единоборств, к.и.н., доцент Гаджиагаев Т.С.*