

Министерство просвещения Российской Федерации  
ФГБОУ ВО "Дагестанский государственный педагогический  
университет им. Р.Гамзатова"

Кафедра спортивных дисциплин и единоборств



Рабочая программа дисциплины

**Б1.В.02. МОДУЛЬ «ПРЕДМЕТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ»**

**Б1.В.02.05 ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА**

Направление подготовки - 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) – Спортивная тренировка

Квалификация выпускника: бакалавр

Формы обучения – очная, заочная

Год приема – 2025

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лаб. занятия	Промеж. контроль	СРС	
очная	5	108		46		9	53	экзамен
заочная	3 курс	108		2		6	100	экзамен

Махачкала, 2025

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

**Целью освоения** дисциплины **Б1.О.02.05«Греко–римская борьба»** 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.

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.
ПК-2.	Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета. ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями

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

Дисциплина **Б1.О.02.05«Греко-римская борьба»** относится к дисциплинам обязательной части по направлению подготовки бакалавра 49.03.01- физическая культура, профиль: спортивная тренировка.

Дисциплина **Б1.О.02.05«Греко-римская 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», «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 5 семестре на очной форме обучения и в5 семестре на заочной форме обучения.

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

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: УК-7.ПК-1,ПК-2. В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Знает	Умеет	Владеет
УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>- влияние приемов вольной борьбы на развитие физических и координационных качеств, укрепление здоровья и профилактику вредных привычек;</li> <li>- средства и методы общей и специальной физической подготовки в греко-римской борьбе;</li> <li>- методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать средства греко-римской борьбы с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- выполнять упражнений из греко-римской борьбы на различные группы мышц с учетом их воздействия на адаптационные ресурсы организма и укрепление здоровья, оценивать эффективность их</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «греко-римской борьбы с методикой преподавания»;</li> <li>- навыками и опытом составления комплексов борцовских приемов с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся;</li> <li>- способами контроля реакции организма на</li> </ul>

	так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся греко-римской борьбой	воздействия на организм	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"> <li>- структуру, состав и дидактические единицы предметной области «Греко-римская борьба» предмета «Физическая культура»;</li> <li>- основы техники различных технических действий из борьбы, а также требования к ее рациональным вариантам;</li> <li>- основные принципы, средства и методы обучения технике вольной борьбы;</li> <li>- особенности и методике преподавания вольной борьбы в различных звеньях системы физического воспитания, включая организацию и проведение соревнований по вольной борьбе;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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 подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий;</li> <li>- отбирать учебное и предметное содержание занятий греко-римской борьбы в соответствии с поставленными целями и задачами 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;</li> <li>- оценивать эффективность занятий вольной борьбы, анализировать технику гимнастических двигательных действий, определять причины ошибок и корректно применять средства, методы и методические приёмы их устранения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками и опытом отбора учебного содержания занятий вольной борьбы для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО;</li> <li>- навыками и опытом рациональной организации и проведения занятий вольной борьбы, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;</li> <li>- навыками организации и проведения соревнований по греко-римской;</li> <li>- борцовской терминологией для проведения комплексов упражнений физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности</li> </ul>
ПК-2.Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других	ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей

		мероприятий (по выбору).	
--	--	--------------------------	--

#### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часа).  
Дисциплина изучается в 5 семестре.

#### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№5
<b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>108</b>		<b>108</b>
<b>1. Контактная работа:</b>	<b>46</b>		<b>46</b>
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)			
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	46		46
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>53</b>		<b>53</b>
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)			
Промежуточный контроль	<b>9</b>		<b>9</b>
Вид промежуточного контроля:	зачёт		зачёт

#### ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№5
<b>Общая трудоёмкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>108</b>		<b>108</b>
<b>1. Контактная работа:</b>	<b>12</b>		<b>12</b>
лекции (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)			
практические занятия, семинары и пр. (общее кол-во часов, включая практическую подготовку)	12		12
лабораторные занятия (общее кол-во часов / включая практическую подготовку)			
курсовое проектирование			
групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую			

Вид учебной работы	Трудоёмкость		
	час.	В т.ч. по семестрам	
		№1	№5
или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем			
<b>2. Объем самостоятельной работы обучающихся(СРС)</b>	<b>90</b>		<b>90</b>
в том числе часов, выделенных на подготовку к экзамену (зачету)			
Промежуточный контроль	<b>6</b>		<b>6</b>
Вид промежуточного контроля:	зачёт		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	Греко-римская борьба как социальное явление	8			4	4
2	Принципы формирования судейских функций	8			4	4
3	Группа приемов с захватом головы и шеи.	8			4	4
4	Группа приемов Переводы рывком за руку. Защита, контрприёмы	8			4	4
5	Группа приемов нырки под руку. Защита, контрприёмы	8			4	4
6	Группа приёмов броски поворотом. Защита, контрприёмы	8			4	4
7	Группа приемов броски подворотом. Защита, контрприёмы	8			4	4
8	Бросок вращением. Защита, контрприемы	8			4	4
9	Броски прогибом. Защита, контрприемы	6			4	2
10	Переворот накатом. Защита, контрприёмы	6			2	4
11	Бросок наклоном. Защита, контрприемы	5			2	3
12	Группа приемов рычаги	6			2	4
13	Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы	6			2	4
14	Система упражнений в греко-римской борьбе	6			2	4
	<b>Часы на контроль:</b>	9				
	Итого:	108			46	53

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	Греко-римская борьба как социальное явление	8			2	6
2	Принципы формирования судейских функций	8				8
3	Группа приемов с захватом головы и шеи.	8			2	6
4	Группа приемов Переводы рывком за руку. Защита, контрприёмы	8				8
5	Группа приемов нырки под руку. Защита, контрприёмы	8			2	6
6	Группа приёмов броски поворотом. Защита, контрприёмы	8			2	6
7	Группа приемов броски подворотом. Защита, контрприёмы	8				8
8	Бросок вращением. Защита, контрприемы	8			2	6
9	Броски прогибом. Защита, контрприемы	8			2	6
10	Переворот накатом. Защита, контрприёмы	6				6
11	Бросок наклоном. Защита, контрприемы	6				6
12	Группа приемов рычаги	6				6
13	Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы	6				6
14	Система упражнений в греко-римской борьбе	6				6
	<b>Часы на контроль:</b>	6				
	Итого:	108			12	90

### 5.1. Содержание разделов дисциплины (модуля)

#### Тема 1. Греко-римская 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.Группа приемов с захватом головы и шеи.**

Методика обучения и техника выполнения переводов приемов с захватом головы и шеи, обучение по фазам технического действия. Защита и контрприем.

### **Тема 4.Группа приемов переводы рывком за руку.**

#### **Защита, контрприёмы.**

Методика обучения и техника выполнения переводов рывком за руку, обучение по фазам технического действия. Защита и контрприем.

### **Тема 5.Группа приемов нырки под руку.**

#### **Защита, контрприёмы.**

Методика обучение технике выполнения перевода нырком под руку, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 6.Группа приёмов броски поворотом.**

#### **Защита, контрприёмы**

Методика обучения и техника выполнения бросков поворотом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 7.Группа приемов броски подворотом.**

#### **Защита, контрприёмы**

Методика обучения и техника выполнения броска подворотом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 8.Бросок вращением.**

#### **Защита, контрприемы**

Методика обучения и техника выполнения броска вращением, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 9.Броски прогибом.**

#### **Защита, контрприемы**

Методика обучение технике выполнения броска прогибом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 10.Переворот накатом. Защита, контрприёмы**

Методика обучения и техника выполнения переворота накатом, обучение технического действия по фазам. Разновидности исполнения приема «накат» Защита, контрприем.

### **Тема 11.Бросок наклоном. Защита, контрприемы**

Методика обучение технике выполнения броска наклоном. Защита, контрприем.  
Разновидности сваливания наклоном туловища

### **Тема 12.Группа приемов рычаги**

Методика обучение технике выполнения приема рычаг в партере.. Защита, контрприем.

### **Тема 13. Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы**

Методика обучение технике выполнения броска обратным захватом туловища, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

### **Тема 14. Система упражнений в греко-римской 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

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела дисциплины</b>	<b>Вид самостоятельной работы обучающихся</b>
1	Греко-римская 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	Группа приемов с захватом головы и шеи.	Методика обучения и техника выполнения переводов приемов с захватом головы и шеи, обучение по фазам технического действия. Защита и контрприем.
4	Группа приемов Переводы рывком за руку. Защита, контрприёмы	Методика обучения и техника выполнения перевода рывком за руку, обучение по фазам технического действия. Защита и контрприем.
5	Группа приемов нырки под руку. Защита, контрприёмы	Методика обучение технике выполнения перевода нырком под руку, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.

6	Группа приёмов броски поворотом. Защита, контрприёмы	Методика обучения и техника выполнения броска поворотом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
7	Группа приемов броски подворотом. Защита, контрприёмы	Методика обучения и техника выполнения броска подворотом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
8	Бросок вращением. Защита, контрприемы	Методика обучение технике выполнения броска вращением, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
9	Броски прогибом. Защита, контрприемы	Методика обучение технике выполнения броска прогибом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
10	Переворот накатом. Защита, контрприёмы	Методика обучения и техника выполнения переворота накатом, обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем.
11	Бросок наклоном. Защита, контрприемы	Методика обучение технике выполнения броска наклоном. Защита, контрприем. Разновидности сваливания наклоном туловища
12	Группа приемов рычаги	Методика обучение технике выполнения приема рычаг в партере.. Защита, контрприем.
13	Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы	Методика обучение технике выполнения броска обратным захватом туловища. Обучение технического действия по фазам. Защита, контрприем. Защита, контрприем.
14	Система упражнений в греко-римской 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

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется методами самообучения и самоконтроля в двух направлениях:

- для закрепления и углубления знаний и навыков, полученных на лекционных и практических занятиях;
- для самостоятельного изучения отдельных тем и вопросов дисциплины.

Самостоятельная работа осуществляется в виде:

- конспектирования учебной, научной и периодической литературы;
- проработки учебного материала (по конспектам лекций учебной и научной литературы);
- подготовки сообщений и докладов к семинарам и практическим занятиям, к участию в тематических дискуссиях, работе научного кружка и конференциях;
- работы с нормативными документами и законодательной базой, с первичными документами и отчетностью предприятий;
- поиска и обзора научных публикаций и электронных источников информации, подготовки заключения по обзору информации;
- выполнения лабораторных, контрольных работ, творческих (проектных) заданий, курсовых работ (проектов);

- решения практических и ситуационных задач;
- составления аналитических таблиц, графического оформления материала;
- написания рефератов, докладов;
- работы с тестами и контрольными вопросами для самопроверки;
- анализа отчетной информации организаций различных организационно-правовых форм и видов деятельности;
- моделирования и анализа конкретных проблемных ситуаций;
- написания выводов и предложений на основе проведенного анализа.

Результаты самостоятельной работы контролируются и учитываются при текущем и промежуточном контроле успеваемости обучающегося. При этом проводятся тестирование, экспресс-опрос и фронтальный опрос на семинарских и практических занятиях, заслушивание докладов и сообщений по дополнительному материалу к лекциям, проверка домашних контрольных работ и т.д.

## 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	Греко-римская борьба как социальное явление	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
2	Принципы формирования судейских функций	Тестирование	УК-7, ПК-1, ПК-2
3	Группа приемов с захватом головы и шеи.	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
4	Группа приемов Переводы рывком за руку. Защита, контрприёмы	Тестирование	УК-7, ПК-1, ПК-2
5	Группа приемов нырки под руку. Защита, контрприёмы	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
6	Группа приёмов броски поворотом. Защита, контрприёмы	Написание докладов Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
7	Группа приемов броски подворотом. Защита, контрприёмы	Тестирование	УК-7, ПК-1, ПК-2
8	Бросок вращением. Защита, контрприемы	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
9	Броски прогибом. Защита, контрприемы		УК-7, ПК-1, ПК-2
10	Переворот накатом. Защита, контрприёмы	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
11	Бросок наклоном. Защита, контрприемы	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
12	Группа приемов рычаги	Тестирование	УК-7, ПК-1, ПК-2
13	Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы	Устный опрос	УК-7, ПК-1, ПК-2
14	Система упражнений в греко-римской борьбе	Тестирование	УК-7, ПК-1, ПК-2

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 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» - 85-100баллов;
- «хорошо» - 70-84 баллов;
- «удовлетворительно» - 51-69 баллов;
- «зачтено» - 51 и выше 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».

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 51 баллов)		
Курсовая работа. Зачет с оценкой. Экзамен	Неудовлетворительно (менее 51 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 пересдачу;
- зачетно-экзаменационно ведомость на комиссию;
- ведомость по курсовой работе;

Все они имеют установленную форму, порядковый номер и штрих-код, и самопроизвольное внесение каких-либо изменений и дописывание в эти формы не допускается. 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 – 4; форма аттестации – зачет.

### 2. ВОПРОСЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ЗАЧЕТ)

1. Спорт как социальное явление
2. Социальные функции спортивной борьбы
3. Спортивная борьба как фактор развертывания 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»
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Оценка «отлично» выставляется, если студент знает методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности	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.	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен.	Не знает методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся различными видами спортивной борьбы
УК-7.2 Владеет технологиями формирования здорового образа жизни и здоровьесбережения	Оценка «отлично» выставляется, если студент владеет навыками и опытом составления методики спортивной тренировки по спортивной борьбе комплексов с учётом их	Оценка «хорошо» выставляется, если студент владеет навыками и опытом	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент выполнил в основном	Не владеет навыками и опытом составления связок приемов и комбинаций спортивной борьбе

<p>ния, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>	<p>воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; способами контроля реакции организма на физическую нагрузку</p>	<p>проведения приемов спортивной борьбы составления; полностью выполнил намеченные на курс обучения практико-ориентированные (методико-практические) задания, но в проведении отдельных видов практико-ориентированных заданий допуская незначительные ошибки.</p>	<p>методико-практические задания, однако, не обнаружил глубоких теоретических знаний, не в полной мере овладел умениями составления комбинаций и приемов спортивной борьбы с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; способами контроля реакции организма на физическую нагрузку в их практической реализации.</p>	<p>с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; способами контроля реакции организма на физическую нагрузку</p>
<p>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).</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент знает основные принципы, средства и методы обучения технике гимнастических упражнений</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно по после наводящих вопросов преподавателя.</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала</p>	<p>Не знает основные принципы, средства и методы обучения технике спортивной борьбы</p>
<p>ПК-1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>умеет</b> отбирать учебное и предметное содержание занятий по спортивной борьбе в соответствии с поставленными целями и задачами для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО, подбирать современные (в том числе</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент в основном овладел методикой отбора учебного и предметного содержания для занятий</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент испытывает затруднения в отборе учебного и предметного содержания для занятий спортивной</p>	<p>Не умеет отбирать учебное и предметное содержание занятий гимнастикой в соответствии с поставленными целями и задачами для его реализации в различных</p>

	информационные) научно обоснованные методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приёмы различных форм работы с занимающимися	спортивной борьбе в соответствии с поставленным и 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.	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.	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
ПК-1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	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 требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся	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 проективными умениями (создания проектов учебного процесса), способами решения различных педагогических ситуаций. Определяет средства обучения упражнениям,	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 проективными 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 спортивной борьбы, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС ОО, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся

		но выбор их несколько ограничен.		
ПК-2.Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	Оценка «отлично» выставляется, если студентхорошоспособеносуществлять целенаправленную воспитательную деятельность Демонстрирует отличное умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах о способах организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно о после наводящих вопросов преподавателя .	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но недостаточно глубокие знания в области демонстрации способов организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). Ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	Не способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность Не способен продемонстрировать умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.
ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности	Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>хорошо</b> демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной	Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах	Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но	Не владеет способами организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной,

<p>ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).</p>	<p>и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).</p>	<p>выбора и демонстрации способов оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями и.</p> <p>Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя.</p>	<p>недостаточно глубокие знания в области Выбора и демонстрации способов оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными и потребностями.</p> <p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если ответ студента требует серьезных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала</p>	<p>художественной и т.д.), методами и формами организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).</p>
<p>ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.</p>	<p>Оценка «отлично» выставляется, если студент <b>хорошо</b> выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.</p>	<p>Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает содержательный полный ответ в вопросах о способах организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.),</p>	<p>Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент раскрыл содержание материала раскрыто, но недостаточно глубокие знания в области демонстрации способов организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой,</p>	<p>Не способен выбирать и демонстрировать способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.</p>

		методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). Ответы студента требуют лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно о после наводящих вопросов преподавателя .	спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). Ответ студента требует серьёзных дополнений, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала	
--	--	---	---	--

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

### **8.1. Перечень основной учебной литературы**

- 1.Бекяшев К.А. Греко-римская борьба : учебник М.: 2022. 1015 с.
- 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. 5.Туманян Г.С. Спортивная борьба ТЗ, Москва,1998.
6. Формирование судейских функций. Туманян Г.С. Спортивная борьба ТЗ, Москва, 1998.
- 7.Шахов Ш.К., Мансуров Т.М. Методические основы спортивной подготовки» греко-римская борьба. Махачкала, 2011.

### **8.2. Перечень дополнительной учебной литературы**

- 1.Греко-римская борьба: учебник для СДЮШОР спортивных факультетов педагогических институтов. Ю.А.Шумика – М. : Феникс, 2004. -800 с.
- 2.Правила соревнований по греко-римской борьбе и их толкование. А.С. Кузнецов - М.: 2012 . 112 с.

3. Греко-римская борьба. Семенов А.Г., Прохорова М.В. Терра- спорт, - М.: 2005. - 256 с.

### **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](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. MicrosoftPowerPoint
2. MicrosoftWord

### **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

1. Реализация дисциплины требует наличия лекционной аудитории
2. Экран
3. Мультимедийный проектор
4. Ноутбук.
5. Раздаточный материал
6. Борцовский ковер, спортивная форма

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

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.02.05 ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА

**1. Целью освоения** дисциплины **Б1.О.02.05«Греко–римская борьба»** 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.02.05«Греко-римская борьба»** относится к дисциплинам обязательной части по направлению подготовки бакалавра 49.03.01- физическая культура, профиль: спортивная тренировка.

Дисциплина **Б1.О.02.05«Греко-римская 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», «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 5 семестре на очной форме обучения и в5 семестре на заочной форме обучения.

#### **3. Требования к результатам освоения дисциплины(модуля):**

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника: УК-7.ПК-1,ПК-2

В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:

Код компетенции	Содержание компетенции	Индикаторы достижения компетенций
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического

	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	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.
ПК-2.	Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК-2.1 Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.  ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями

**4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы (108 часов).**

**5. Семестр: 5**

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

1. Греко-римская борьба как социальное явление
2. Принципы формирования судейских функций
3. Группа приемов с захватом головы и шеи.
4. Группа приемов Переводы рывком за руку. Защита, контрприёмы
5. Группа приемов нырки под руку. Защита, контрприёмы
6. Группа приёмов броски поворотом. Защита, контрприёмы
7. Группа приемов броски подворотом. Защита, контрприёмы
8. Бросок вращением. Защита, контрприемы
9. Броски прогибом. Защита, контрприемы
10. Переворот накатом. Защита, контрприёмы
11. Бросок наклоном. Защита, контрприемы.
12. Группа приемов рычаги
13. Бросок обратным захватом туловища. Защита, контрприемы
14. Система упражнений в греко-римской борьбе

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

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