

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ КемГУ

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

Кафедра физической культуры и спорта

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан

В. А. Рябов

«23» января 2025г.

Рабочая программа дисциплины

МДК.01.01 Единоборства с методикой преподавания

по специальности
среднего профессионального образования

44.02.03 Педагогика дополнительного образования

Код, название специальности

Направленность программы

Физическая культура и спорт

Форма обучения

очная

Новокузнецк, 2025

Сведения об утверждении рабочей программы дисциплины:

Утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 7 от 23.01.2025г.) для ОПОП 2025 года набора на 2025 – 2026 учебный год по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования, направленность «Физическая культура и спорт».

Одобрена на заседании методической комиссии ФФКЕП (протокол методической комиссии факультета № 4 от 23.01.2025 г.)

Рассмотрена на заседании кафедры

23 января 2025 г. протокол № 6

Дата

И.о. зав. кафедрой А.Н. Аксенова

Ф.И.О.

Оглавление

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
1.1 Область применения рабочей программы дисциплины	4
1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования.....	4
1.3 Цель и задачи дисциплины - требования к результатам освоения	4
1.4 Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	5
2.2 Тематический план и содержание дисциплины	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	9
3.2 Информационное обеспечение.....	9
3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине	9
3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий.....	10
3.2.3 Образовательные ресурсы и профессиональные базы данных.....	11
3.3 Общие требования к организации образовательного процесса	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения рабочей программы дисциплины

Рабочая программа дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (далее ОПОП).

1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы среднего профессионального образования

Дисциплина входит в состав профессионального учебного цикла обязательной части ОПОП. Данная дисциплина обеспечивает формирование профессиональной компетенции по виду деятельности «Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам» федерального государственного образовательного стандарта по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (далее ФГОС СПО).

Дисциплина изучается в 4 семестре.

1.3 Цель и задачи дисциплины - требования к результатам освоения

Цель – подготовка к решению физкультурно-оздоровительных задач учебно-тренировочного процесса по единоборствам в образовательных организациях дополнительного образования.

Задачи:

- ознакомить с сущностью тренировочной деятельности по спортивным единоборствам в образовательных организациях дополнительного образования.
- сформировать основы необходимых знаний, умений и навыков для применения в учебно-тренировочном процессе по спортивным единоборствам в образовательных организациях дополнительного образования.

В результате освоения дисциплины у обучающихся формируются профессиональная компетенция ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.8.:

ПК 1.1. Демонстрировать владение деятельностью, соответствующей избранной направленности/профилю дополнительной общеобразовательной программы.

ПК 1.2 Демонстрировать владение общепедагогическими основами преподавания по дополнительным общеобразовательным программам

ПК 1.3 Определять цель и задачи преподавания по дополнительным общеобразовательным программам

ПК 1.4 Определять и оценивать результаты педагогической и учебно-познавательной деятельности в процессе преподавания по дополнительным общеобразовательным программам

ПК 1.5 Контролировать и корректировать процесс обучения по дополнительной общеобразовательной программе

ПК 1.6 Анализировать и интерпретировать результаты контроля и оценки деятельности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам

ПК 1.8 Анализировать занятия

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен:

владеть:

- современными методиками и технологиями в области физической культуры для реализации профессиональной образовательной деятельности в сфере физической культуры и восточных единоборств.

- содержанием образовательных программ, современных методик и технологий для организации физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности в восточных единоборствах.

- методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся в восточных единоборствах.

уметь:

- использовать теоретические и практические знания, умения и навыки для обеспечения высокого уровня проведения занятий с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и дополнительного образования по физической культуре.

- рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе по восточным единоборствам.

знать:

- основы единоборств в объеме, необходимом для решения педагогических, методических и организационно-управленческих задач образовательного процесса.

- технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии в восточных единоборствах.

1.4 Количество часов на освоение рабочей программы дисциплины

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 46 часа, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 40 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 1

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем дисциплины	46
Теоретическое обучение	16
Практические занятия	24
Самостоятельная работа в т.ч. написание конспекта, решение ситуационных (профессиональных) задач, составление конспекта занятий	6
Промежуточная аттестация – зачет	

2.2 Тематический план и содержание дисциплины

Таблица 2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Осваиваемые компетенции
1	2	3	4
	4 семестр		
Тема 1.1. Основы единоборств. История возникновения единоборств. Характеристика различных видов и школ единоборств. Роль единоборств в морально-этическом воспитании занимающихся.	Содержание учебного материала 1. Виды единоборств. История возникновения различных видов единоборств. Национальные виды единоборств. 2. Основы единоборств в системе физкультурно-спортивной работы. Характеристика различных видов единоборств, их место в системе физкультурно-спортивной работе. Знания, умения и навыки в области единоборств и их место в структуре деятельности педагога по физкультуре и спорту. Основные понятия и терминология единоборств. Характеристика различных видов единоборств как эффективного средства физического воспитания. 3. Влияние комплекса упражнений различных видов единоборств на организм занимающихся. Физические качества занимающихся единоборствами и морфо-функциональные особенности. Морально-этическое воспитание занимающихся в занятиях единоборствами, отказ от вредных привычек. 4. Техника безопасности при проведении занятий по единоборству.	4	ПК 1.1.; ПК 1.2.;
	Практическое занятие – не предусмотрено		
	Самостоятельная работа – не предусмотрена		
Тема 1.2. Современные методики обучения основным элементам в различных видах единоборств	Содержание учебного материала 1. Единоборства: дидактические принципы обучения. Характеристика средств и методов обучения основным элементам в единоборствах. 2. Средства и методы обучения на отдельных этапах. Учет возрастных особенностей и подготовленности занимающихся в процессе обучения единоборствам.	4	ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.8
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие №1 - №4 Обучение базовой ударной технике в тхэквондо: удары, защитные комбинации, контрдействия. Правила соревнований. Обучение базовым понятиям в дзюдо: стойки, взаиморасположения, передвижения, выведения из равновесия, захваты. Обучение базовой ударной технике в кикбоксинге: удары, защитные комбинации, контрдействия. Правила соревнований.		
	Самостоятельная работа Используя литературные источники, выделить определения понятия «Средства и методы в раз-	2	

	витии физических качеств в восточных единоборствах» и выделить основные характеристики.		
Тема 1.3. Технологии обучения двигательным действиям: обучение технике борьбы в различных стойках, построение, комбинации бросков, тактика построения поединка.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.8
	Технологии обучения технике и тактике единоборств, борьба в стойке и в партере. Этапы обучения технике борьбы.		
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие № 5- №8 Обучение техническим действиям 6-го «КЮ» бросок через бедро скручиванием, удержание сбоку захватом туловища, двух переворотов в партере под рывок («УКЕ» в высоком партере, «тори» сбоку). Типичные комбинации технических действий в единоборствах.		
	Самостоятельная работа-не предусмотрена		
Тема 1.4. Технические и тактические навыки тренировочной и соревновательной деятельности в единоборствах. Формы организации занятий в единоборствах.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.8
	1. Связь тренировки с модельными характеристиками спортсменов. Компоненты тренировки – виды подготовки: техническая, физическая, теоретическая, тактическая, психологическая, комплексно-целостная, или интегральная. Взаимосвязь тренировочной и соревновательной деятельности. Учебно-тренировочные занятия: задачи, средства и методы. Спортклассы, ДЮСШ, спортивные клубы и др. формы организации занятий единоборствами.		
	В том числе практических занятий	8	
	Практическое занятие № 9 - №12 Использовать практические навыки при тренировке и тренировочной деятельности. Обучение навыкам единоборств на уроке физической культуры в школе.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Разработать документы, являющиеся конкретными примерами использования организационных методов при проведении занятий по единоборствам, соревнований, физкультурно-массовых мероприятий	2	
Тема 1.5. Организация и проведение соревнований в различных видах единоборств.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1.; ПК 1.2.; ПК 1.3.; ПК 1.4.; ПК 1.5.; ПК 1.6.; ПК 1.8
	Структура соревнований по единоборствам в возрастном аспекте и по уровню квалификации. Использовать теоретические и практические знания при планировании соревнований. Особенности правил соревнований по различным видам единоборств.		
	В том числе практических занятий		
	Практическое занятие – не предусмотрено		

	Самостоятельная работа Представить вопросы для обсуждения для различных типов совещаний по организации соревнований восточных единоборств.	2	
Тема 1.6. Современная методика судейства.	Содержание учебного материала	2	ПК 1.1.; ПК 1.2.;
	1. Современные методики судейства. Организация соревнований в восточных единоборствах, документы для проведения соревнований.		
	В том числе практических занятий		
	Практическое занятие – не предусмотрено		
	Самостоятельная работа – не предусмотрено		
	Итого (часов):	46	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает специальные учебные помещения, оборудованные мебелью, в том числе:

1) Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения:

- занятий лекционного типа;
- занятий семинарского (практического) типа;
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья.

Оборудование: стационарное - ноутбук, экран, проектор.

Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).

Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.2) Кабинет для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

2) Зал гимнастики. Учебная аудитория для проведения:

- занятий практического типа;
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

3) Помещения для самостоятельной работы с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, в том числе электронную библиотеку КГПИ КемГУ.

Программное обеспечение общего назначения:

Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО), Firefox 14 (свободно распространяемое ПО), Opera 12 (свободно распространяемое ПО), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), AdobeReaderX I (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО).

3.2 Информационное обеспечение

3.2.1 Основная и дополнительная учебная литература по дисциплине

Основная литература

1. Стапанов, С.В. Единоборства как средство развития личности (для СПО) : учебник / Е.В. Головихин; С.В. Стапанов .— Москва : Советский спорт, 2020 .— 652 с. : ил. — (Учебники и учебные пособия) .— ISBN 978-5-00129-104-6 .— URL: <https://rucont.ru/efd/774176> (дата обращения: 26.06.2025)

2. Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба: учебник для СПО / И. А. Письменский. — Электронные текстовые данные. — Москва: Юрайт, 2019. — 264 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07085-9. — URL: <https://biblio-online.ru/book/teoriya-i-metodika-izbrannogo-vida-sporta-sportivnaya-borba-441593> (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

1. Кузнецов, В. С. Прикладная физическая подготовка : 10-11 классы : учебно-методическое пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — Москва: ВЛАДОС-Пресс, 2003. — 183, [1] с. : ил. — (Основы безопасности жизнедеятельности). — Библиогр.: с. 182. — ISBN 5305000335.- Текст : непосредственный.

2. Матушак, П. Ф. 100 уроков вольной борьбы: учебное пособие / П. Ф. Матушак. — Электронные текстовые данные. — Москва : ИНФРА-М, 2011. — 292 с. ISBN 978-5-16-004421-7. —URL: <http://znanium.com/catalog/product/206099> (дата обращения: 22.01.2020). - Текст : электронный.

3.2.2 Электронно-библиотечные системы, электронные базы периодических изданий

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам, электронным базам периодических изданий:

Доступные ЭБС

1. Электронно-библиотечная система "Лань" - <http://e.lanbook.com>

Договор № 26-ЕП от 25.03.2025 г., период доступа с **03.04.2025 г. по 02.04.2026 г.**, Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, неограниченный, с домашних ПК – авторизованный.

Коллекция ФПУ 10-11 кл., издательство «Просвещение», Договор № 112-ЕП от 27.05.2024 г. Срок действия договора **01.08.2024-31.07.2025**

2. Электронно-библиотечная система «Знаниум» - www.znanium.com

Договор № 76 ЭБС от 12.02.2025, период доступа с **18.03.2025 г. по 17.03.2026 г.** Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, неограниченный, с домашних ПК – авторизованный.

3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» - <http://urait.ru>.

Договор № ЕП03 – 223/2025 от 28.01.2025 г., период доступа с **17.02.2025 г. по 16.02.2026 г.** Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

Электронные библиотечные ресурсы:

4. Электронная полнотекстовая база данных периодических изданий по общественным и гуманитарным наукам ООО «ИВИС», <https://dlib.eastview.com>. Договор № 427 – П от 13.01.2025 г период подписки с **01.01.2025 г. по 31.12.2025 г.**, доступ предоставляется из локальной сети КГПИ КемГУ.

5. Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru>.

Доступ к отдельным периодическим изданиям. Доступ к отдельным периодическим изданиям. Договор № № SU-365/2025 от 20.12.2024 г. период подписки с **01.01.2025 г. по 31.12.2025 г.** Доступ авторизованный.

6. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru>

КГПИ КемГУ является участником и пользователем МЭБ. Договор № 34 от 30.09.2020 г. (договор **бессрочный**). Доступ из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

7. Электронная библиотека КГПИ КемГУ – <https://elib.nbikemsu.ru/MegaPro/Web>.

Доступ к ЭБС из локальной сети КГПИ КемГУ свободный, с домашних ПК – авторизованный.

3.2.3 Образовательные ресурсы и профессиональные базы данных

Федеральный портал «Российское образование» – портал представляет собой единое окно доступа к информационным ресурсам и базу данных публикаций. Режим доступа: <http://www.edu.ru/> Доступ свободный.

Педагогическая библиотека – содержит большое количество полнотекстовой литературы по педагогике и ее прикладным отраслям. Режим доступа: <https://pedlib.ru/> Текст: электронный.

Педагогическая периодика – электронный тематический каталог «Педагогическая Периодика», содержащий точные ссылки на наиболее интересные статьи, опубликованные в периодической печати за последние десять лет и посвященные педагогическим проблемам. Режим доступа: <http://periodika.websib.ru/> . Доступ свободный.

Soc.Lib.ru. – материалы по социологии, психологии и управлению. Режим доступа <http://soc.lib.ru/> Доступ свободный.

3.3 Общие требования к организации образовательного процесса

Дисциплина является важным элементом в системе профессиональной подготовки педагога, осуществляющего педагогическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования. Освоение умений и знаний предполагает развитие творчески активной личности, умеющей применять сформированные умения и знания в новых постоянно меняющихся профессиональных условиях.

В содержании программы предусмотрено последовательное согласование изучаемого материала с другими дисциплинами/профессиональными модулями учебного плана специальности.

Особенностями рабочей программы дисциплины являются:

- четко выраженная практическая профессионально-педагогическая направленность;
- использование знаний полученных на педагогической практике;
- использование на занятиях современной дидактической базы.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций различного вида, в том числе интерактивных, проблемных. Содержание и формы практической работы определены с учетом необходимости активизировать познавательную деятельность обучающихся. На практических занятиях выполняются письменные и устные задания, требующие многоаспектного анализа педагогических и организационно-управленческих ситуаций, решения профессионально-ориентированных задач.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 4

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Перечень навыков, осваиваемых в рамках дисциплины: - навыки использования теоретических и практических знаний для обеспечения высокого уровня проведения занятий с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и дополнительного образования по физической культуре. - навыки рационального использования системы средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, об-	Текущий контроль Оценка результатов выполнения практических заданий Промежуточный контроль 4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;

разовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе по восточным единоборствам.	
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины: - умения обеспечивать высокий уровень проведения занятий с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и дополнительного образования по физической культуре. - умения рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных задач в учебном и тренировочном процессе по восточным единоборствам.	Текущий контроль Оценка результатов выполнения практических заданий Промежуточный контроль 4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: - знания основ единоборств в объеме, необходимом для решения педагогических, методических и организационно-управленческих задач образовательного процесса. - знания технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, здоровьесберегающие и рекреационно-оздоровительные технологии в восточных единоборствах.	Текущий контроль Оценка результатов выполнения практических заданий Промежуточный контроль 4 семестр - оценка результатов аттестации в другой форме (тестирование) – оценка результатов тестирования;

Составитель рабочей программы дисциплины:

Аксенова Анна Николаевна, доцент кафедры ФКС

Ф.И.О. должность, наименование кафедры