

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 18.07.2023 11:41:49  
Уникальный программный ключ:  
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧЕЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**КАФЕДРА СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН**

Утверждаю:  
Зав. каф: Дунаев К.Ш.

*(подпись)*

Протокол № 9 заседания  
кафедры от 27.04.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Дзюдо

(наименование дисциплины (модуля))

49.03.01 Физическая культура

(код и направление подготовки)

**Профиль(и) подготовки**

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Квалификация бакалавр**

**Форма обучения заочно**

**Год набора**

2023

**Грозный, 2023**

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

## 1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС 3++ по направлению подготовки бакалавров 49.03.01 – Физическая культура РП представляет собой совокупность дидактических материалов, направленных на реализацию содержательных, методических и организационных условий подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 – Физическая культура.

Дисциплина «Профессионально-спортивное совершенствование» относится к Б1.В.ДВ.12

## 1.2. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель – подготовка высококвалифицированных специалистов в области физической культуры и спорта, интегрировано с наукой, теорией и практикой. Задачами высшего профессионального образования специалиста по физической культуре и спорту в рамках настоящей программы являются привитие знаний, навыков и умений в теории и методике борьбы дзюдо:

1. Привить основы педагогической и тренерской деятельности в дзюдо;
2. Ознакомить с особенностями организационно-управленческой деятельности в дзюдо;
3. Указать на особенности научно-исследовательской деятельности в дзюдо;
4. Показать возможности средств дзюдо в областях рекреационной и реабилитационной

деятельности.

## 1.3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)

Достижение цели освоения дисциплины (модуля) обеспечивается через формирование следующих компетенций (*с указанием шифра компетенции*):

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций выпускника:

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

ПК-5-способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебновоспитательном процессе и внеурочной деятельности;

ПК-9 -способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам.

Индикаторы достижения компетенций:

УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности

УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

ПК-5.4. применяет здоровьесберегающие технологии физического воспитания и спортивной тренировки занимающихся с применением общедидактических принципов

обучения, принципов спортивной тренировки, реализуемых в различных режимах нагрузки в учебном процессе и внеурочной физкультурно-спортивной деятельности.

ПК-9.3. проектирует и проводит индивидуальные и групповые занятия по физической культуре, кондиционной тренировке, физкультурно-спортивной, тренировочной, соревновательной деятельности занимающихся с особыми образовательными потребностями и возможностями.

*Таблица 1*

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенций, которые формирует дисциплина (модуль)</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b>
---------------------------------------	--	--

<p>УК-7.</p>	<p>УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основы теории и методики развития физических качеств, способностей, функциональных систем организма с применением средств гимнастики;</li> <li>-критерии оценивания уровня физической подготовленности обучающихся для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-применять полученные знания в профессиональной деятельности с участниками образовательного процесса для реализации физкультурно-рекреационных, оздоровительно-реабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач; - рационально использовать методы и средства гимнастики для оценивания уровня физической подготовленности обучающихся с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>-оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику двигательных действий, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения; владеть:</li> <li>-навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»,</li> <li>-навыками применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;-способами оценивания общих и специфических показателей физической подготовленности различных категорий обучающихся.</li> </ul>
--------------	--	--

		<p>ПК-5(ПК-5.4.) знать:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-основные характеристики средств гимнастики, методические особенности гимнастики для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся,</li><li>-факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по гимнастике;</li></ul> <p>уметь:-разрабатывать и реализовывать в учебном процессе программы обучения упражнениям, комплексы для развития физического и двигательного потенциала, формирования психической кондиции личности, с учетом охраны жизни и здоровья обучающихся, в процессе проведения внеурочных форм занятий;-планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев на занятиях гимнастики, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;</p> <p>владеть:-способами применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности,</p> <p>-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающихся</p> <p>-способами планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.</p>
--	--	--

ПК-5	ПК-5-способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебновоспитательном процессе и внеурочной деятельности	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-основные характеристики средств гимнастики, методические особенности гимнастики для обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся,</li> <li>-факторы риска, нормы и правила безопасных организации и проведения занятий по гимнастике;</li> </ul>
------	---	---

		<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разрабатывать и реализовывать в учебном процессе программы обучения упражнениям, комплексы для развития физического и двигательного потенциала, формирования психической кондиции личности, с учетом охраны жизни и здоровья обучающихся, в процессе проведения внеурочных форм занятий;-планировать и проводить мероприятия по профилактике несчастных случаев на занятиях гимнастики, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим; владеть:</li> <li>-способами применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности,</li> <li>-системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающихся</li> <li>-способами планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.</li> </ul>
--	--	---

<p><b>ПК-9</b></p>	<p>ПК-9 - способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам.</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-средства и методы обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся,</li> <li>-методические приемы развития необходимых умений и навыков для взаимодействия с участниками образовательного процесса</li> <li>-факторы, определяющие эффективность проектирования индивидуальных образовательных маршрутов обучающихся по учебному предмету, гимнастика.</li> </ul>
--------------------	--	--

		<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технологии обучения, воспитания и развития с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся;</li> <li>-подбирать и применять на занятиях гимнастики адекватные поставленным задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, и организационные приемы работы с занимающимися.</li> <li>-на основе требований стандарта организовывать учебный процесс для решения физкультурнорекреационных, оздоровительнореабилитационных, спортивных, профессионально-прикладных и гигиенических задач, для поддержания активности и инициативности, самостоятельности обучающихся, на основе оценки их физического и функционального состояния. владеть:</li> <li>-способностью разрабатывать и проектировать индивидуальные программы и методики освоения обучающимися основных разделов гимнастики,</li> <li>-навыками рациональной организации и проведения занятий гимнастикой в соответствии с требованиями образовательных стандартов, содержанием действующих образовательных программ и спецификой контингента занимающихся.</li> </ul>
--	--	---

#### 1.4. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 216ч/6 з.е.

Таблица 2

Вид учебной работы	Количество академ. часов	
	Очно	Заочно





4.	Комплексы ОРУ и специализированной разминки										8
5.	Техника дзюдо. Классификация: техника полевого игрока и вратаря										8
6.	Тактика дзюдо. Классификация: индивидуальные, групповые и командные, тактические взаимодействия в защите и нападении										8
7.	Методика организации и проведения соревнований по подвижным играм с использованием средств дзюдо в ДДУ и школе										8
8.	Методика начального обучения технике и тактике дзюдо										8
9.	Организация и проведение соревнований по дзюдо										8

*Часы, отведенные на лабораторные занятия, все считаются как практическая подготовка. Из часов практических занятий через косую линию указываются часы, отведенные на практическую подготовку.*

## 1.2. Содержание разделов дисциплины (модуля):

Таблица 4

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание дисциплины (дидактические единицы) <i>(для педагогических профилей наполняется с учетом ФГОС основного общего и среднего общего)</i>
----------	---------------------------------	---

1	История возникновения и развития дзюдо	Место и значение вольной борьбы в системе физического воспитания. Общая характеристика системы подготовки спортсменов: массовые формы физкультурно-спортивной работы, подготовка спортивных резервов, спорт высших достижений. Основные понятия.
2	Места для занятий, оборудование и инвентарь, применяемые в дзюдо	Возникновение и развитие вольной борьбы в России и за рубежом. Соревнования по вольной борьбе. Эволюция правил, техники, тактики. Сильнейшие спортсмены в мире, в России. Современное состояние вольной борьбы и перспективы развития. Научно-технический, научно-методический прогресс в вольной борьбе, проблемы развития науки и методики. Вольная борьба как научная и учебная дисциплина.

3	Методы организации занимающихся, строевые команды и упражнения	Основные понятия вольной борьбы как науки и учебном предмете. Терминология, принятая в вольной борьбе. Термины, применительно к соревновательной деятельности.
4	Комплексы ОРУ и специализированной разминки	Требования техники безопасности в борьбе вольной борьбы. Контроль за состоянием залов, стадионов, площадок. Проверка качества спортивных снарядов, оборудования и инвентаря. Соблюдение порядка и дисциплины на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях. Организация страховки и помощи при разучивании новых упражнений, обучение само страховке. Соответствие масштаба соревнований возрасту школьников. Медицинский контроль за состоянием здоровья. Соблюдение гигиенических норм спортивных залов и др. Сооружений. Учет метеорологических условий и температурных норм при занятиях на воздухе. Личная гигиена, режим, питание юных борцов вольного стиля.

5	<p>Техника дзюдо. Классификация: техника полевого игрока и вратаря</p>	<p>Тренер по вольной борьбе как профессия педагогического профиля. Структура деятельности тренера вольной борьбы, факторы, обуславливающие эффективность тренерской работы. Сферы приложения труда тренера вольной борьбы. Требования к педагогической деятельности современного тренера. Критерии педагогического мастерства учителя на занятиях в спортивных секциях. Характеристика системы «тренер – детский спортивный коллектив», «тренер – юный спортсмен». Управление воспитанием юного спортсмена в процессе тренировки. Комплексный подход к проблемам воспитания. Формирование общественной активности. Развитие положительных качеств и руководство саморазвитием юных спортсменов. Работа с «трудными» подростками в спортивных секциях вольной борьбы. Связь тренерской деятельности различных типов в системе многолетней подготовки спортсменов (от новичков в детском возрасте до спортсменов высшей квалификации). Задачи и содержание работы по «технологической» линии подготовки высококвалифицированных спортсменов, во всех звеньях многолетней подготовки. Специфика детских, юношеских и взрослых коллективов спортсменов, сборных команд, различных по полу и особенности деятельности тренера в этих коллективах по организации, управлению и руководству спортивной подготовкой, воспитанием, режимом жизни.</p>
---	--	--

6	<p>Тактика дзюдо.</p> <p>Классификация: индивидуальные, групповые и командные, тактические взаимодействия в защите и нападении</p>	<p>Характеристика соревновательной деятельности (СД) в вольной борьбе. Роль и место СД в системе подготовки борцов вольного стиля. Особенности условий, в которых протекает СД вольной борьбе. Специфика определения спортивных результатов. Типичные травмы, их предупреждение. Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика единой всероссийской спортивной классификации – ЕВСК. Структура СД в вольной борьбе. Состав техникотактических действий для ведения соревновательной борьбы между спортсменами. Физические и психические качества и морфологические особенности. Факторы, обуславливающие эффективность СД вольной борьбе. Оснащенность спортсмена техникотактическим арсеналом и умение применять его в условиях соревнований. Уровень развития физических и психических качеств, свойств личности. Возраст и спортивный стаж спортсмена. Морально-волевые качества. Комплекс средств и методов тренировки, качество соревновательной подготовки. Динамика тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетней подготовке и в пределах годовых циклов. Способность к восстановлению и система восстановительных мероприятий. Состояние здоровья. Соревнования и соревновательная подготовка. Соревнования, как полигон демонстрации спортивных результатов, их фиксации, подведение итогов деятельности спортивных организаций. Соревнования, как форма повышения уровня спортивного мастерства в процессе многолетней подготовки.</p> <p>Основные, подводящие, контрольные соревнования. Роль правил соревнований. Построение соревнований вольной борьбе. Соревнования для спортсменов высокой квалификации, для начинающих спортсменов, массовые соревнования. Планирование, организация и проведение соревнований.</p>
---	--	--

	<p>Методика организации и проведения соревнований по подвижным играм с использованием средств дзюдо в ДДУ и школе</p>	<p>Спортивная техника. Основы теории спортивной техники, как системы элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности. Системноструктурный подход к изучению спортивных двигательных навыков, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники вольной борьбы. Критерии оценки техники.</p> <p>Спортивная стратегия и тактика. Основы теории стратегии и тактики как компонентов соревновательной деятельности. Единство тактики с техникой. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы. Организация коллективных и индивидуальных действий. Критерии оценки тактики.</p>
	<p>Методика начального обучения технике и тактике дзюдо</p>	<p>Определение понятий «быстрота», «сила» и формы их проявления в соответствии со спецификой вольной борьбы, учет физиологических закономерностей развития быстроты и силы. Характеристика возрастных периодов, наиболее благоприятных для развития быстроты и силы. Средства и методы развития этих качеств вольной борьбе.</p> <p>Определение понятий «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления вольной борьбе, учет физиологических закономерностей развития этих качеств. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития ловкости, выносливости, гибкости. Средства и методы развития этих качеств вольной борьбе. Дозирование нагрузок при развитии названных качеств вольной борьбе.</p>
	<p>Организация и проведение соревнований по дзюдо</p>	<p>Сущность тренировки, ее место в системе подготовки борцов вольного стиля.</p> <p>Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, психологическая и теоретическая, интегральная подготовка. Задачи, средства, методы, применительно к вольной борьбе.</p>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 3.1. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Таблица 5

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы обучающихся
-------	---------------------------------	--

1.	История возникновения и развития дзюдо	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
2.	Места для занятий, оборудование и инвентарь, применяемые в дзюдо	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
3.	Методы организации занимающихся, строевые команды и упражнения	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
4.	Комплексы ОРУ и специализированной разминки	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий.
5.	Техника дзюдо. Классификация: техника полевого игрока и вратаря	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий
6.	Тактика дзюдо. Классификация: индивидуальные, групповые и командные, тактические взаимодействия в защите и нападении	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий
7.	Методика организации и проведения соревнований по подвижным играм с использованием средств дзюдо в ДДУ и школе	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий
8.	Методика начального обучения технике и тактике дзюдо	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий
9.	Организация и проведение соревнований по дзюдо	Подготовка к устному опросу или тестированию по темам практических занятий

### 3.1.1. Основная и дополнительная литература

№ п/п	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов,	Количество	Количество	Режим доступа ЭБС/электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся
<b>Основная литература</b>						
	1. Письменский, И. А. Теория и методика избранного вида спорта. Спортивная борьба : учебник для вузов / И. А. Письменский. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 264 с.				ЭБС Лань : URL: <a href="https://uraj.t.ru/bcode/473711">https://uraj.t.ru/bcode/473711</a>	100 %
	2. Карась, Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие / Т.Ю. Карась. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с.				ЭБС Лань URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/85832">http://www.iprbookshop.ru/85832</a>	100 %
	3. Кокоулина, О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие / О.П. Кокоулина. —				ЭБС Лань URL: <a href="http://www.i">http://www.i</a>	100 %

Электрон. текстовые данные. — М.: Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с.				<a href="http://prbookshop.ru/11049">prbookshop.ru/11049</a>	
---	--	--	--	--	--

Таблица 6



Дополнительная литература						
1. Дубов, А. М. Элективные курсы по физической культуре и спорту на основе спортивных игр : учебно-методическое пособие / А. М. Дубов, И. В. Кулькова, Н. Ю. Бурнашова ; под редакцией А. М. Дубова, И. В. Кульковой. — Москва : МПГУ, 2021. — 244 с.				ЭБС Лань : URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/25298">https://e.lanbook.com/book/25298</a>	100 %	
2. Витман, Д. Ю. Теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные игры (баскетбол) — краткосрочный курс занятий для детей / Д. Ю. Витман, Е. Ю. Ковыршина, А. В. Купченко. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 88 с.				ЭБС Лань : URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/238700">https://e.lanbook.com/book/238700</a>	100 %	
3. Подвижные игры в физическом воспитании : учебно-методическое пособие / составители И. В. Ветрова [и др.]. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2019. — 426 с. — ISBN 978-5-00102-298-5. — Текст : электронный // Лань : электроннобиблиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/167672">https://e.lanbook.com/book/167672</a> (дата обращения: 26.08.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.				ЭБС Лань : URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/167672">https://e.lanbook.com/book/167672</a>	100 %	

### 3.1.2. Интернет-ресурсы

1. ЛИЦЕНЗИОННЫЙ ДОГОВОР № 6312/20 на предоставление доступа к электронно-библиотечной системе IPRbooks от 05.02.2020 г. (срок действия договора с 09.02.2020 г. до 09.02.2023г) ( [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru))

2. ДОГОВОР № 4710 на оказание услуг по предоставлению доступа к «Образовательной платформе ЮРАЙТ» от 05.08.2021г. ( срок действия договора с 06.08.2021 по 05.08.2022г.). (<https://urait.ru/>)

3. Договор № 2 на оказание услуг ЭБС «Лань» от 18.01.2022 г. (<https://e.lanbook.com/>) (срок действия договора с 08.02.2022г. по 07.02.2023г.)

4. Договор о сотрудничестве с НГПУ от 21.07.2016г. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека ) НГПУ. (<https://icdlib.nspu.ru/>) (доступ по IPадресам )

### 3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

Помещения для осуществления образовательного процесса	Перечень основного оборудования (с указанием кол-ва посадочных мест)	Адрес (местоположение)
Аудитории для проведения лекционных занятий		
Лекционная аудитория - ауд.	Аудиторная доска, (столы ученические, стулья ученические) на 48 посадочных мест, компьютер - 1, проектор -1, интерактивная доска- 1	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Аудитории для проведения практических занятий, контроля успеваемости		
Компьютерный класс - ауд.	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза, технические средства для	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
	отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	
Аудитория для практических занятий - ауд.	Технические средства для отображения мультимедийной или текстовой информации: мультимедиа проектор, экран, акустическая система. Количество посадочных мест - 30.	Уч. корпус №3 г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
Помещения для самостоятельной работы		

Читальный зал библиотеки ЧГПУ	Компьютеры с выходом в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Количество посадочных мест - 50.	Электронный читальный зал. этаж 1 Библиотечнокомпьютерный центр г. Грозный, ул. С Кишиевой , 33
-------------------------------	---	---

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ

### 4.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины / модуля осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.д.

Таблица 8

№ п/п	Наименование темы (раздела) с контролируемым содержанием	Код и наименование проверяемых компетенций	Оценочные средства	
			текущий контроль	промежуточная аттестация
1.	История возникновения и развития дзюдо	УК-7	Устный, письменный.	Тестирование
2.	Места для занятий, оборудование и инвентарь, применяемые в дзюдо	УК-7	Устный, письменный.	Тестирование
3	Методы организации занимающихся, строевые команды и упражнения	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
4	Комплексы ОРУ и специализированной	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
5	разминки Техника дзюдо. Классификация: техника	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
6	полевого игрока и вратаря Тактика дзюдо. Классификация:	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование
7	индивидуальные, групповые и Методика организации и проведения соревнований по	УК-7, ПК-9	Устный, письменный.	Тестирование

8	подвижным играм с Методика начального обучения технике и тактике	УК-7, ПК-9	Устный, письменны й.	Тестирование
9	дзюдо Организация и проведение соревнований по дзюдо	УК-7, ПК-9	Устный, письменны й.	Тестирование

## 4.2. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости

### 4.2.1. Наименование оценочного средства: тест

*Методические материалы: приводятся вопросы и/или типовые задания, критерии оценки.*

1. Место и значение борьбы дзюдо в системе физического воспитания.
2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов: массовые формы физкультурно-спортивной работы, подготовка спортивных резервов, спорт высших достижений.
3. Основные понятия.
4. Место знаний, умений и навыков в структуре деятельности учителя физической культуры и тренера по дзюдо.
5. Структура предмета ПСС по борьбе дзюдо, программные установки (содержание, организация работы, требования к студентам и т д.).
6. Возникновение и развитие борьбы дзюдо в России и за рубежом.
7. Соревнования по дзюдо.
8. Эволюция правил, техники, тактики.
9. Сильнейшие спортсмены в мире, в России.
10. Современное состояние дзюдо и перспективы развития.
11. Научно-технический, научно-методический прогресс в борьбе дзюдо, проблемы развития науки и методики.
12. Основные понятия о дзюдо как науке и учебном предмете.
13. Терминология, принятая в дзюдо.
14. Термины применительно к соревновательной деятельности.
15. Классификация техники дзюдо.
16. Классификация тактики дзюдо.
17. Классификация средств и методов тренировки.
18. Борьба дзюдо как научная и учебная дисциплина.
19. Требования техники безопасности в борьбе дзюдо.
20. Контроль за состоянием залов, стадионов, площадок.
21. Проверка качества спортивных снарядов, оборудования и инвентаря.

22. Соблюдение порядка и дисциплины на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
23. Организация страховки и помощи при разучивании новых упражнений, обучение само страховке.
24. Соответствие масштаба соревнований возрасту школьников.
25. Медицинский контроль за состоянием здоровья.
26. Соблюдение гигиенических норм спортивных залов и др. сооружений.
27. Учет метеорологических условий и температурных норм при занятиях на воздухе.
28. Личная гигиена, режим, питание юных дзюдоистов.

**Критерии оценивания результатов тестирования**

Таблица 9

Уровень освоения	Критерии	Баллы
Высокий и достаточный уровень	Выполнены правильно все или больше половины задания теста (тест зачтен 51-100% правильных ответов)	6-10
Недостаточный уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 0-50% правильных ответов)	0-5

### 4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

Представлено в приложении №1.

**Автор(ы) рабочей программы дисциплины (модуля):**

Доцент кафедры СД



Дунаев К.Ш.

(подпись)

СОГЛАСОВАНО:

Директор библиотеки



Арсангириева Т.А. (подпись)

**Оценочные средства  
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине**

**«Дзюдо»**

**Направление подготовки  
49.03.01 Физическая культура**

**Профили подготовки  
Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

**1. Характеристика оценочной процедуры:**

Семестр – 3,4

Форма аттестации – зачет

**2. Примерные оценочные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

1. Характеристика соревновательной деятельности (СД) в борьбе дзюдо.
2. Роль и место СД в системе подготовки дзюдоистов.
3. Особенности условий, в которых протекает СД в дзюдо.
4. Специфика определения спортивных результатов.
5. Типичные травмы, их предупреждение.
6. Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста.
7. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации – ЕВСК.
8. Структура СД в дзюдо.
9. Состав технико-тактических действий для ведения соревновательной борьбы между спортсменами.
10. Физические и психические качества и морфологические особенности.
11. Факторы, обуславливающие эффективность СД в дзюдо.
12. Оснащенность спортсмена технико-тактическим арсеналом и умение применять его в условиях соревнований.
13. Уровень развития физических и психических качеств, свойств личности.
14. Возраст и спортивный стаж спортсмена.
15. Морально-волевые качества.
16. Комплекс средств и методов тренировки, качество соревновательной подготовки.
17. Динамика тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетней подготовке и в пределах годовых циклов.
18. Способность к восстановлению и система восстановительных мероприятий.
19. Состояние здоровья.
20. Соревнования и соревновательная подготовка.
21. Соревнования, как полигон демонстрации спортивных результатов, их фиксации, подведение итогов деятельности спортивных организаций.

22. Соревнования, как форма повышения уровня спортивного мастерства в процессе многолетней подготовки.
23. Основные, подводящие, контрольные соревнования.
24. Роль правил соревнований.
25. Построение соревнований в дзюдо.
26. Соревнования для спортсменов высокой квалификации, массовые соревнования.
27. Планирование, организация и проведение соревнований.
28. Спортивная техника.
29. Основы теории спортивной техники, как системы элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности.
30. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных навыков, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций.
31. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники дзюдо.
32. Критерии оценки техники.
33. Спортивная стратегия и тактика.
34. Основы теории стратегии и тактики как компонентов соревновательной деятельности.
35. Единство тактики с техникой.
36. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы.
37. Организация коллективных и индивидуальных действий.
38. Критерии оценки тактики.
39. Определение понятий «быстрота», «сила» и формы их проявления в соответствии со спецификой дзюдо, учет физиологических закономерностей развития быстроты и силы.
40. Характеристика возрастных периодов, наиболее благоприятных для развития быстроты и силы.
41. Средства и методы развития быстроты и силы в дзюдо.
42. Определение понятий «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в дзюдо, учет физиологических закономерностей развития этих качеств.
43. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для развития ловкости, выносливости, гибкости.
44. Средства и методы развития ловкости, выносливости, гибкости в дзюдо.
45. Дозирование нагрузок при развитии ловкости, выносливости, гибкости в дзюдо.
46. Тренировка как компонент системы подготовки спортсменов.
47. Место тренировки в общей системе подготовки спортсменов и ее зависимость от целевых установок этой системы, модельных требований и других составных частей системы.
48. Закономерности формирования навыков в дзюдо.
49. Реализация дидактических принципов.
50. Принципы спортивной тренировки.
51. Компоненты тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая (морально-волевая) подготовка, комплексно-целостная или интегральная подготовка.

***Критерии оценивания результатов тестирования***

<u>Уровень освоения</u>	<u>Критерии</u>	<u>Баллы</u>
Максимальный уровень	Выполнены правильно все задания теста (тест зачтен 86100% правильных ответов)	30
Средний уровень	Выполнено правильно больше половины заданий (тест зачтен 71- 85% правильных ответов)	20
Минимальный необходимый уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 51-70% правильных ответов)	10
Недостаточный уровень	Выполнено правильно меньше половины заданий (тест зачтен 0-50% правильных ответов)	0

### 1. Критерии и шкала оценивания устного ответа обучающегося на экзамене (зачете)

**Максимальное количество баллов на экзамене (зачете) – 30**, из них:

1. Ответ на первый вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.
2. Ответ на второй вопрос, содержащийся в билете – 15 баллов.

Таблица 11

<b>№ п/п</b>	<b>Характеристика ответа</b>	<b>Баллы</b>
1.	Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	<b>13-15</b>
2.	Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой	<b>10-12</b>
3	Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	<b>7-9</b>
4.	Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой	<b>6 и менее</b>

### Расчет итоговой рейтинговой оценки

Таблица 12

До 50 баллов включительно	«неудовлетворительно»
От 51 до 70 баллов	«удовлетворительно»
От 71 до 85 баллов	«хорошо»
От 86 до 100 баллов	«отлично»



**2. Уровни сформированности компетенций по итогам освоения дисциплины (модуля)**

Таблица 13

Индикаторы достижения компетенции (ИДК)	Уровни сформированности компетенций			
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
	86-100	71-85	51-70	Менее 51
	«зачтено»			«не зачтено»
<i>Код и наименование формируемой компетенции</i>				
УК-7, ПК-5, ПК-9	<b>Знает</b> Обучаемый продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание программного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая	<b>Знает</b> Обучаемый продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания программного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи	<b>Знает</b> Обучаемый продемонстрировал: твердые знания и понимание основного программного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при	<b>Не знает</b> Обучаемый продемонстрировал: неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные
	дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой	рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой	устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой	вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой

<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные задания (вопросы), включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); логически последовательные, правильные и конкретные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение 9 замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок, решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); недостаточное полное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p><b>Не умеет</b> Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение решать практические контрольные задания (ситуационные задачи, краткие формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.); не дал правильные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по заданию (вопросу); не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой</p>
<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение свободно решать</p>	<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание программного материала; умение решать комплексные</p>	<p><b>Владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: понимание основного программного материала; умение, без грубых ошибок,</p>	<p><b>Не владеет</b> Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного программного материала; неумение,</p>

	<p>комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии объективных практических результатов, характеризующих уровень сформированности компетенци(ий); логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные уточняющие вопросы (задания); свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); достаточно успешно защитил индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы в ходе защиты задания (проекта, портфолио), включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); защитил, с устранением ошибок, индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии практического результата, характеризующего уровень сформированности компетенции; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе 10 защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой</p>	<p>решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям (подготовки или экспертизы документов, решения задач анализа и оценки и т.п.); не смог защитить индивидуальный или групповой проект или портфолио, при наличии грубых ошибок дал неправильные ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой</p>
--	---	---	---	---

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ  
ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ / МОДУЛЯ**

**Дзюдо**

(наименование дисциплины / модуля)

**49.03.01 Физическая культура**

**Профили подготовки**

**Спортивная тренировка в избранном виде спорта**

(год набора \_\_\_\_\_, форма обучения \_\_\_\_\_)

на 20\_\_ / 20\_\_ учебный год

В рабочую программу дисциплины / модуля вносятся следующие изменения:

№ п/п	Раздел рабочей программы (пункт)	Краткая характеристика вносимых изменений	Основание для внесения изменений