

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС
Факультет экономики и финансов
Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДЕНА
кафедрой физического воспитания и
спорта
Протокол от «05» сентября 2019 г. № 2

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ**

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА

(Б1.Б.7.1)

краткое наименование дисциплины – не устанавливается

по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность

специализация: "Финансовый учет и контроль в правоохранительных органах"

квалификация выпускника: Экономист

форма обучения: очная

Год набора - 2020

Новосибирск, 2019

Авторы–составители:

Заведующий кафедрой физического образования и рекреации
Юдин Д.С.

Старший преподаватель кафедры физического образования и рекреации
Самсонова Е.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2.	Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО	5
3.	Содержание и структура дисциплины	6
4.	Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине	9
5.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	17
6.	Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине	18
6.1.	Основная литература.	18
6.2.	Дополнительная литература.	18
6.3.	Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.	19
6.4.	Нормативные правовые документы.	19
6.5.	Интернет-ресурсы.	20
6.6.	Иные источники.	20
7.	Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы	21

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

1.1 Дисциплина (Б1.Б.7.1 «специальная подготовка») обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа:

Таблица 1

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 7	Способность создавать условия безопасной жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций означает создание безопасных условия труда и отдыха на основе нормативных правовых документов и понимание значимости огневой и специальной подготовки для профессиональной деятельности, способность использовать средства самозащиты и самообороны в сложных и экстремальных условиях.	Очная форма обучения УК ОС – 7.1	Способность применять теоретические знания по нормативно-правовой базе организации огневой и специальной подготовки, о мерах безопасности, о видах самозащиты и самообороны их применения и технике исполнения в сложных и экстремальных условиях.
		Очная форма обучения УК ОС – 7.2	Способность применять разнообразные средства и методы защиты личного здоровья и здоровья, окружающих в сложных и экстремальных условиях, а также владение основными способами самоконтроля и психоэмоциональной устойчивости.

1.2 В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Таблица 2

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	Очная форма обучения УК ОС – 7.1	на уровне знаний: сформированы представления об основных мерах самозащиты и самообороны, в т.ч. правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
		на уровне умений: способность определять

		возможные негативные последствия опасных ситуаций , выбирать методы защиты от опасностей.
		на уровне навыков: оперативного владения основными методами безопасного поведения с учетом реальных возможностей человека, оказание, первой доврачебной помощи при различных поражениях
Очная форма обучения УК ОС – 7.2		на уровне знаний: сформированы представления об основных методах психологической устойчивости в условиях защиты от основных природных, техносферных и социальных опасностей;
		на уровне умений: использования разнообразных средств и методов защиты личного здоровья и здоровья окружающих в сложных и экстремальных условиях, а также владение основными способами самоконтроля и психоэмоциональной устойчивости;
		на уровне навыков: эффективно диверсифицировать основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Объем дисциплины

Специальная подготовка (Б1.Б.7.1) изучается на 2 курсе (3, 4 семестры) очной формы обучения. Общая трудоемкость дисциплины – 7 З.Е.

- Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся:

очная форма обучения:

- 252 часа (12 часов на занятия лекционного типа, 68 часов практических (семинарских) занятий);

- на самостоятельную работу обучающихся – 154 часа.

Место дисциплины

– освоение дисциплины «Специальная подготовка» тесно связано не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма молодого человека, но и способствует более глубокому пониманию профессиональных дисциплин, детализирующих методику принятия отдельных управленческих решений в области экономической безопасности и способствует успешной профессиональной деятельности студента. Необходимы знания, умения и навыки, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе (в области физической культуры, основ безопасности жизнедеятельности, обществознания).

– дисциплина взаимодействует с дисциплиной «Специальная профессиональная подготовка» (Б1.В.ОД.8), «Введение в специальность» (Б1.В.ОД.6).

3. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости ¹ , промежуточной Аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	
			л	лр	пз	КСР		
<i>Очная форма обучения</i>								
<i>Раздел 1</i>	<i>Введение в организационно-правовые основы специальной подготовки.</i>	58	4		8		45	
Тема 1.1	Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи.	18	1		2		15	Устный опрос/ Тестирование
Тема 1.2	История возникновения основных видов единоборств (рукопашный бой, самбо, боевое самбо, дзюдо). Философия боя и основные элементы. Квалификация спортивного и боевого самбо.	18	1		2		15	Устный опрос/ Тестирование
Тема 1.3	Самооборона: основные компоненты и базовые навыки.	31	2		4		25	Устный опрос/ Тестирование
<i>Раздел 2</i>	<i>Психологическая и физическая подготовка</i>	70	5		10		55	
Тема 2.1	Философия самбо, как воспитание личности. Психологические особенности ведения схватки в различных видах единоборств.	18	1		2		15	Устный опрос/ Тестирование

¹ Формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), практическое задание (ПЗ).

Тема 2.2	Методики эффективных способов овладения приемов самообороны: борьбы в партере, в стойке.	31	2		4		25	Устный опрос/ Тестирование
Тема 2.3	Виды техник спортивной борьбы	21	2		4		15	Устный опрос/ Тестирование
Раздел 3	<i>Физическая подготовка и приёмы/контрприемы</i>	22			2		20	
Тема 3.1	Классификация спортивного и боевого самбо	13	1		2		10	Устный опрос/ Тестирование
Тема 3.2	Методы оценки овладения навыков ударной техники, приемы и контрприемы	36	2		4		30	Тестирование
Промежуточная аттестация		2					2	Зачет
Раздел 4	<i>Основные приемы самообороны</i>	72			42	18	12	
Тема 4.1	Болевые приемы на руки и ноги. Удушающие приемы руками и ногами. Удержание и уход с удержкой.	36			30		6	Тестирование
Тема 4.2	Особенности судейства спортивного и боевого самбо, экипировка спортсменов.	18			12		6	Тестирование
Промежуточная аттестация		18				18		Экзамен
Всего:		252	12		68	18	154	252 ак.час.
								7 з.е.
								189 ас.час.

Содержание дисциплины

Раздел 1. Введение в организационно-правовые основы специальной подготовки

Тема 1.1 *Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи.*

Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи. Нормативная правовая база организации специальной физической подготовки (ст.286 УК РФ). Меры предосторожности при выполнении специальных физических упражнений. Изучение основ оказания первой медицинской помощи при нокадауне, нокауте, переломах, ушибах, вывихах.

Тема 1.2. *История возникновения основных видов единоборств (рукопашный бой, самбо, боевое самбо, дзюдо). Философия боя и основные элементы. Квалификация спортивного и боевого самбо.*

Боевые искусства России, Азии, Кавказа, Сибири, Европы, Китая. Английский, французский бокс. Ушу, Ки-Хаб – Сидэо Кин, Ханкидо, Тхэквондо. Боевые искусства Японии: Ёрои- кумиути, Когусоку, Дзюдо, Айкидо, Карате. Самбо в России. Квалификация спортивного и боевого самбо, специфика вида спорта. Система оборона.

Тема.1.3. *Самооборона: основные компоненты и базовые навыки.*

Акробатика как базовая основа освоения самообороны. Самооборона – виды, техника исполнения, правовые основы применения элементов самообороны. Специфика самообороны в условиях офиса, транспорта, уличной драки.

Раздел 2. Психологическая и физическая подготовка.

Тема.2.1. *Философия самбо, как воспитание личности. Психологические особенности ведения схватки в различных видах единоборств.*

Самбо и боевое самбо как прикладной вид. Сущность и специфика самбо и дзюдо. Физическая подготовка. Упражнения на развитие: выносливости, силы, гибкости, скорости, равновесия и ловкости. Специальные подготовительные упражнения и элементы самостраховки. Скорость реакции. Психологическая подготовка и психологические приемы, а также воспитание смелости и решительности. Психология и тактика уличного агрессора. Приемы регуляции психических состояний. Нападение и бегство – лучшие способы самообороны.

Тема.2.2. *Методики эффективных способов овладения приемами самообороны: борьбы в партере, в стойке.*

Единая квалификация основных приемов техники спортивных видов борьбы. Методика обучения технико-тактическим действиям борьбы в партере: базовые технические действия в партере без применения ног, с применением ног.

Тема.2.3. *Виды техник спортивной борьбы*

Техника спортивных видов борьбы: стойка (броски, переводы, сваливания) и партер (броски, перевороты, удержание, выходы наверх). Пассивная защита от изученных технических действий соответствующего блока.

Раздел 3. Физическая подготовка и приёмы/ контрприемы.

Тема.3.1 *Классификация спортивного и боевого самбо.*

Методика обучения технико-тактическим действиям борьбы в партере: активные защиты и контрприемы, комбинационная борьба. Разучивание ударной техники ногами и руками.

Тема.3.2 *Методы оценки овладения навыков ударной техники, приемы и контрприемы*

Методика обучения технико-тактическим действиям борьбы в партере: активные защиты и контрприемы, комбинационная борьба. Разучивание ударной техники ногами и руками.

Раздел 4. Основные приемы самообороны.

Тема.4.1 *Болевые приемы на руки и ноги. Удушающие приемы руками и ногами.*

Болевые приемы: загиб руки за спину при подходе спереди, загиб руки за спину при подходе сзади, конвоирование при помощи загиба руки за спину, рычаг руки внутрь, переход на загиб руки за спину, рычаг руки наружу, переход на загиб руки за спину, узел руки наверху, переход на загиб руки за спину, рычаг руки через предплечье, конвоирование. Удушающие приемы: удушение плечом и предплечьем, двойной удушающий захват, ущемление ахиллова сухожилия. Обыск (в положении лежа, на коленях). Техника выполнения удержания и ухода с удержкой. и уход с удержкой.

Тема.4.2 *Особенности судейства спортивного и боевого самбо, экипировка спортсменов.*

Система соревнований и календарный план соревнований. Инструкторская и судейская практика. Отличия в проведении соревнований по-спортивному и боевому самбо. Критерии экипировки спортсмена.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.

4.1.1. В ходе реализации дисциплины Б1.Б.7.1 Специальная подготовка в образовании используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся (очная форма обучения):

Для проведения занятий по очной форме обучения

Таблица 4

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
Раздел 1	Введение в организационно-правовые основы специальной подготовки	
Тема 1.1.	Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи.	Устный опрос Тестирование
Тема 1.2	История возникновения основных видов единоборств (рукопашный бой, самбо, боевое самбо, дзюдо). Философия боя и основные элементы. Квалификация спортивного и боевого самбо.	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к зачету). Тестирование
Тема 1.3	Самооборона: основные компоненты и базовые навыки.	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к зачету). Тестирование
Раздел 2	Психологическая и физическая подготовка	
Тема 2.1	Философия самбо, как воспитание личности. Психологические особенности ведения схватки в различных видах единоборств.	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование
Тема 2.2	Методики эффективных способов овладения приемами самообороны: борьбы в партере, в стойке.	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование
Тема 2.3	Виды техник спортивной борьбы	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование
Раздел 3	Физическая подготовка и приёмы/контрприемы	
Тема 3.1	Классификация спортивного и боевого самбо	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование
Тема 3.2	Методы оценки овладения навыков ударной техники, приемы и	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену).

	контрприемы.	Тестирование
Раздел 4	Основные приемы самообороны	
Тема 4.1.	Болевые приемы на руки и ноги. Удушающие приемы руками и ногами. Удержание и уход с удержкой	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование
Тема 4.2.	Особенности судейства спортивного и боевого самбо, экипировка спортсменов.	Устное собеседование (в т.ч. по вопросам к экзамену). Тестирование

4.1.2. Экзамен проводится в форме:

Экзамен проводится в форме устного/письменного ответа на вопросы и выполнения практических заданий.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости.

ТИПОВЫЕ ВАРИАНТЫ ВОПРОСОВ И ЗАДАНИЙ ДЛЯ УСТНОГО (ПИСЬМЕННОГО) ОПРОСА

Тема 1.1 Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи.

1. Классифицируйте методы в области основ специальной подготовки.
2. Дайте оценку законодательным и нормативным документам по безопасности личности, общества и государства.
3. Составьте классификацию самообороны в офисе, на улице, транспорте.

Тема 1.2 История возникновения основных видов единоборств (рукопашный бой, самбо, боевое самбо, дзюдо). Философия боя и основные элементы. Квалификация спортивного и боевого самбо.

1. Опишите исторические предпосылки возникновения основных видов единоборств в Мире.
2. Дайте классификацию Российским видам единоборств.
3. Составьте комплекс акробатических упражнений для отдельных функциональных систем организма.

Тема 1.3 Самооборона: основные компоненты и базовые навыки.

1. Проведите анализ владения навыками поддержания общего и специального физического развития.
2. Составьте план действий, основанный на анализе документов и полученной информации.
3. Опишите правовые основы применения самообороны.

Тема 2.1 Философия самбо, как воспитание личности. Психологические особенности ведения схватки в различных видах единоборств.

1. Разработайте комплекс упражнений для регуляции психического состояния до и после схватки.
2. Дайте классификацию психологическим приемам в воспитании смелости и решительности.
3. Оцените психическое состояние при нападении и бегстве.

Тема 2.2 Методики эффективных способов овладения приемами самообороны: борьбы в партере, в стойке.

1. Дайте классификацию технике выполнения основных приемов борьбы.
2. Опишите базовые технические действия в партере без применения ног и с применением ног.

3. Дайте оценку методам обучения технико- тактическим действиям борьбы в партере и в стойке.

Тема 2.3 Виды техник спортивной борьбы

1. Дайте классификацию технике спортивных видов борьбы: стойка (броски, переводы, сваливания) и партер (броски, перевороты, удержание, выходы наверх).

2. Опишите комплекс технических действий при активной и пассивной защите

3. Проведите анализ выполнения технической части броска в различных условиях и направлениях.

Тема 3.1 Классификация спортивного и боевого самбо

1. Дайте классификацию технике спортивных видов борьбы: стойка (броски, переводы, сваливания) и партер (броски, перевороты, удержание, выходы наверх).

2. Опишите комплекс технических действий при активной и пассивной защите

3. Проведите анализ выполнения технической части броска в различных условиях и направлениях.

ТИПОВЫЕ ВАРИАНТЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Тема 1.1 Предмет, задачи, содержание и организационно-правовые основы специальной физической подготовки. Меры безопасности при занятии специальной физической подготовки и оказание первой медицинской помощи.

1. Тестовое задание типа «Один из многих»:

Под самообороной в широком смысле понимается исторически сложившееся явление, направленное на:

умения обороняться;

*сохранение жизни;

сохранение здоровья;

поддержание физической формы.

2. Тестовое задание типа «Один из многих»:

Процесс противодействия человека человеку, который намеревается, либо уже совершает действия по причинению ущерба жизни и здоровью обороняющегося называется:

*самооборона;

выживание;

самосохранение;

противодействие.

3. Тестовое задание типа «Многие из многих»:

Субъектами нападения может быть не только человек или группа людей, но и:

солнце, воздух и вода;

*животные;

*явления и процессы;

растения и одноклеточные существа.

Вес=2

Порог=50

4. Тестовое задание типа «Ввод слова»:

_____ – это целенаправленный процесс реализации комплекса ответных мер, знаний, двигательных умений и навыков, направленных на предупреждение противоправных действий против личности, осуществляемый в рамках действующего законодательства.

Вес=2

Самозащита

*Самооборона

5. Тестовое задание типа «Один из многих»:

Основой самообороны является:

*законность ответных действий;

физическая подготовка;

противоправные меры;

психическая подготовка.

ТИПОВЫЕ ВАРИАНТЫ ТЕСТОВЫХ ИСПЫТАНИЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

№ п.п.	Тестируемые упражнения по специальной подготовке	Нормативы	
		для юношей	для девушек
1.	Удержание	3 удержания различных по 30 сек.	3 удержания различных по 30 сек.
2	Броски	20-бросков за 30 сек.	15 бросков за 30 сек.
3	Забегание на мосту	5 раз в каждую сторону	5 раз в каждую сторону
4	Переходы на мосту	10 раз	7 раз
5	Приседание с партнером (на мельнице)	20 раз без учета времени	10 раз без учета времени
6	Контрприём от броска в переднем направлении	Демонстрация 2 контрприёмов	Демонстрация 2 контрприёмов
7	Обезоруживание противника, болевые приемы	Болевой прием на руку по 4 вида Болевой прием на ногу по 4 вида	Болевой прием на руку по 3 вида Болевой прием на ногу по 3 вида
8	Удушающий приём	Демонстрация 3 видов приемов	Демонстрация 3 видов приемов
9	Оказание медицинской помощи при нокадауне и нокауте, при переломах и удушающих приемах	Наложение шины на руку, на ногу. Способы оказания первой помощи при потере сознания при удушающем приеме, нокауте	Наложение шины на руку, на ногу. Способы оказания первой помощи при потере сознания при удушающем приеме, нокауте

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации.

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования:

Таблица 5

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС - 7	Способность создавать условия безопасной жизнедеятельности, в том числе при	Очная форма обучения УК ОС – 7.1	Способность применять теоретические знания по нормативно-правовой базе организации огневой и

	возникновении чрезвычайных ситуаций означает создание безопасных условия труда и отдыха на основе нормативных правовых документов и понимание значимости огневой и специальной подготовки для профессиональной деятельности, способность использовать средства самозащиты и самообороны в сложных и экстремальных условиях.		специальной подготовки, о мерах безопасности, о видах самозащиты и самообороны их применения и технике исполнения в сложных и экстремальных условиях.
		Очная форма обучения УК ОС – 7.2	Способность применять разнообразные средства и методы защиты личного здоровья и здоровья, окружающих в сложных и экстремальных условиях, а также владение основными способами самоконтроля и психоэмоциональной устойчивости.

ТИПОВЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ

1. Нормативная база специальной подготовки, общие положения.
2. Основные понятия, используемые в УК РФ, Конституции РФ и ФЗ «О полиции» по самозащите и применение средств самообороны.
3. Техника безопасности на занятиях по специальной подготовке (в учебном классе, в зале борьбы).
4. Меры безопасности при проведении занятий по специальной подготовке.
5. История зарождения и развития единоборств в мире.
6. Зарождение и развитие единоборств в СССР и России.
7. Средства и методы воспитания общей и специальной выносливости.
8. Средства и методы воспитания общей и специальной силы.
9. Средства и методы воспитания общей и специальной быстроты.
10. Средства и методы воспитания общей и специальной ловкости.
11. Средства и методы воспитания общей и специальной гибкости.
12. Система упражнений для общей и специальной физической подготовки.
13. Система упражнений для общей и специальной психологической подготовки.
14. Определение основных понятий техники прикладного единоборства - техника, прием, защита, контрприем, комбинация.
15. Основные закономерности выполнения техники приемов в единоборствах.
16. Основы биомеханических закономерностей выполнения бросков.
17. Основы биомеханических закономерностей выполнения ударов.
18. Основы биомеханических закономерностей выполнения болевых приемов.
19. Последовательность обучения бросковой техники.
20. Последовательность обучения ударной техники.
21. Последовательность обучения техники болевых и удушающих приемов.
22. Правила соревнований по спортивным единоборствам.
23. Приемы самостраховки. Их роль в процессе занятий.
24. Термины и их значение в спортивных единоборствах.
25. Определение понятий: «техника», «прием», «защита», «боевая стойка».
26. Средства и методы развития: выдержки, настойчивости, смелости, решительности, инициативности.
27. Психологические особенности спортивной деятельности.

28. Рукопашный бой, как одна из составляющих патриотического воспитания.
29. Определение понятий: «бросок», «удар», «партер», «стойка».
30. Принципы выведения противника из равновесия.

ТИПОВЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЭКЗАМЕНУ

1. Теоретические и методические основы самозащиты.
2. Обеспечение безопасности на занятиях и оказание первой доврачебной помощи.
3. Тактические действия при нападении в лифте.
4. Тактические действия при нападении на улице.
5. Разновидности бросков как средств защиты против нападения (подножки, зацепы, подсечки, броски через спину, подсады, броски захватом ног).
6. Классификация ударов, их комбинации. Общие основы методики обучения отдельному приему.
7. Дзюдо как часть системы физического воспитания и профессиональной подготовки.
8. Спортивные единоборства в системе боевой подготовки.
9. История развития дзюдо, основы классического дзюдо.
10. Единая классификация и терминология технических действий в спортивной борьбе по биомеханическим признакам.
11. Виды спортивной и национальной борьбы, общая характеристика видов борьбы.
12. Теоретические основы техники дзюдо.
13. Нормативно-правовая база организации специальной физической подготовки.
14. Методика обучения технико-тактическим действиям борьбы в партере.
15. Оказание первой помощи при спортивной травме (ушибы, растяжения, нокдаун, нокаут).
16. Самостраховка: при падении на бок, падение вперед с опорой на руки.
17. Психологическая подготовка самбиста.
18. Приемы самозащиты: освобождение от захвата руки двумя руками.
19. Самозащита: помощь (взаимовыручка) при нападении с попыткой удушения.
20. Самозащита: защита при угрозе оружием.
21. Разновидности самозащиты.
22. Воспитание морально-волевых качеств борца.
23. Специфика спортивного самбо, разрешенные приемы.
24. Самостраховка: при падении на спину прыжком; при падении в сторону с опорой на руки, при падении на бок через партнера.
25. Правомерность применения приемов самбо в повседневной жизни.
26. Разновидности болевых приемов на руки и ноги.
27. Техника выполнения удушающих приемов.
28. Методика обучения базовой техники борьбы.
29. Специальные подготовительные упражнения и элементы самостраховки.
30. Правила соревнований по спортивным единоборствам.
31. Определение основных понятий техники прикладного единоборства - техника, прием, защита, контрприем, комбинация.
32. Виды захватов для нападения при борьбе стоя, лежа.
33. Нападение комбинациями из бросков.
34. Оборонительные захваты, приемы после ответных захватов.
35. Оказание первой медицинской помощи при переломах.
36. Эффективные приемы активной защиты и нападения.
37. Последовательность обучения бросковой техники.
38. Последовательность обучения ударной техники.
39. Последовательность обучения техники болевых и удушающих приемов.
40. Правила соревнований по спортивным единоборствам.

Шкала оценивания.
Очная форма обучения

Зачет	Критерии оценки
Не зачтено	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы. Отсутствуют навыки составления комплексов. Тестирование не прошел, набрал менее 51%.
Зачтено	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном построении комплексов упражнений. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере. Решил тестовые задания в диапазоне 51-64%. Ответы недостаточно четкие, нарушена структура ответа. Теряется в терминологии.

Экзамен	Критерии оценки
2	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы. Отсутствуют навыки составления комплексов. Тестирование не прошел, набрал менее 51%.
3	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном построении комплексов упражнений. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере. Решил тестовые задания в диапазоне 51-64%. Ответы недостаточно четкие, нарушена структура ответа. Теряется в терминологии.
4	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного построения комплекса упражнений с учетом физического здоровья. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере. Решил тестовые задания в диапазоне 64-85%. Ответы достаточно четкие, структура ответа соблюдена, владеет понятийным аппаратом.
5	Этапы компетенций, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом и выявлением межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному построению комплекса. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы. Решил тестовые задания в диапазоне 85-100%. Ответы четкие, логичные.

4.4. Методические материалы промежуточной аттестации.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ

Зачет проводится в форме ответов на теоретические вопросы.

Ответы на теоретические вопросы могут даваться в устной/письменной форме.

Выполнение тестирования проводится в устной/письменной и практической форме.

Для получения положительной оценки на экзамене достаточно изучить рекомендуемую основную литературу, а также усвоить умения и навыки в ходе контактной работы с преподавателем путем опроса, тестирования.

Студент при подготовке к ответу формулирует ответ на вопрос, а также выполняет задание (письменно либо устно, в зависимости от содержания задания).

При подготовке ответа на вопрос стоит использовать соответствующий дисциплине понятийный аппарат, отвечать с пояснениями, полно и аргументированно.

При сравнении явлений необходимо представить аргументы, представляющие их сходства и различия.

Давать односложные ответы нежелательно.

При ответе студент должен полно и аргументированно ответить на вопрос, демонстрируя знания либо умения в его рамках.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЭКЗАМЕНУ

Экзамен включает ответы на теоретические вопросы и демонстрацию практических навыков.

Ответы на теоретические вопросы могут даваться в устной форме.

Выполнение тестирования проводится в устной/письменной и практической форме.

Для получения положительной оценки на экзамене достаточно изучить рекомендуемую основную литературу, а также усвоить умения и навыки в ходе контактной работы с преподавателем путем опроса, тестирования.

Студент при подготовке к ответу по билету формулирует ответ на вопрос, а также выполняет задание (письменно либо устно, в зависимости от содержания задания).

При подготовке ответа на вопрос стоит использовать соответствующий дисциплине понятийный аппарат, отвечать с пояснениями, полно и аргументированно.

При сравнении явлений необходимо представить аргументы, представляющие их сходства и различия.

Давать односложные ответы нежелательно.

При ответе студент должен полно и аргументированно ответить на вопрос билета, демонстрируя знания либо умения в его рамках.

ТИПОВЫЕ БИЛЕТЫ К ЭКЗАМЕНУ

БИЛЕТ №1

1. Техника безопасности на занятиях по специальной подготовке (в учебном классе, в зале борьбы)

2. Практическое применение и демонстрация: 3 вида удержание по 20 секунд по выбору.

БИЛЕТ №2

1. История зарождения и развития единоборств в мире.

2. Практическое применение и демонстрация: забегание на мосту.

БИЛЕТ №3

1. Тактические действия при нападении в лифте, на улице.

2. Практическое применение и демонстрация: контрприемы от броска в переднем направлении.

БИЛЕТ №4

1. Дзюдо как часть системы физического воспитания и профессиональной подготовки.

2. Практическое применение и демонстрация: болевые приемы на руку.

БИЛЕТ №5

1. Классификация ударов, их комбинации. Общие основы методики обучения отдельному приему.

2. Практическое применение и демонстрация: удушение плечом и предплечьем, двойной удушающий захват.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ОПРОСУ

Опрос в рамках изучаемой темы может проходить как в устной, так и в письменной форме.

Опрос проводится только после изучения материала темы и направлен на ее закрепление.

Вопросы могут быть направлены как на закрепление знаний, например, нормативно-правовых актов, составляющих источники информации по специальной подготовке так и на формирование умений например: показ одного технического элемента единоборств или их комбинации, составить комплекс упражнений направленных на развитие скоростно - силовой подготовки единоборцев.

Для успешного ответа на вопросы вполне достаточно изучения действующего законодательства, относящегося к курсу, основных источников литературы и общей физической подготовки.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ТЕСТИРОВАНИЮ

Для подготовки к тестированию следует изучить содержание как минимум основных источников и нормативно-правовых документов, рекомендуемых данной рабочей программой.

Тестирование не предусматривает большого количества открытых ответов, поэтому надо точно знать, какие предлагаемые варианты ответов соответствуют теме изучения.

Для тестирования практических навыков нужно рассказать, показать и выполнить технический элемент задания.

Тестирование практических навыков не предусматривает выполнение задания без его показа и устного объяснения.

Дисциплина «Специальная подготовка» проходит в форме лекционных и практических занятий и выполнения самостоятельной работы для студентов очной формы обучения основной (1 группа здоровья) и подготовительной (2 группа здоровья) медицинских групп, занятия базируются на применении разнообразных средств самообороны, элементов борьбы самбо и дзюдо. В каждом семестре студенты выполняют обязательные тестовые упражнения для определения и контроля усвоения основных приемов и специальной физической подготовленности. Нормативы тестирования пересматриваются ежегодно на заседании кафедры физического образования и рекреации, утвержденная нормативная сетка вносится в информационные карты балльно-рейтинговой системы.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЭКЗАМЕНУ

1. Систематически посещать лекционные и практические занятия по специальной подготовке в дни и часы, предусмотренные учебным расписанием;

2. Выполнять и предоставлять на проверку и защиту самостоятельную работу (письменную работу) в сроки, установленные на кафедре физического образования и рекреации;

3. На практических занятиях соблюдать правила техники безопасности и правила поведения в залах, на площадках кафедры физического образования и рекреации, иметь спортивную форму одежды и обуви (куртка самбо, обувь самбо), соответствующей виду занятий и внешним (погодным) условиям;

4. Выполнять контрольные нормативы, сдавать зачётные требования по специальной подготовке (в среднем не менее чем на 3 балла по 5-ти балльной шкале) в установленные сроки;

5. Регулярно самостоятельно заниматься специальными физическими упражнениями и спортом, используя рекомендации и консультации преподавателя.

В случае, когда студенты относятся к подготовительной группе по состоянию здоровья и по заключению врача терапевта не допущены к практическим занятиям по специальной подготовке, студенты переводятся в специальную группу для лиц с ограничениями по здоровью. Для специальных учебных групп, где ограничения незначительны, занятия проводятся со специалистом/преподавателем в формате «имитации упражнений».

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1. Основная литература.

1. Барташ, В. А. Основы спортивной тренировки в рукопашном бое [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. А. Барташ. — Электрон. дан. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». – Минск : Вышэйшая школа, 2014. — 480 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35520>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

2. Бронебойно-зажигательные боеприпасы к стрелковому оружию [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. И. Абдуллин [и др.]. - Электрон. дан. - Казань : Изд-во КНИТУ, 2013. - 200 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258616>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

3. Махов, С. Ю. Правовые основы самообороны [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С. Ю. Махов. — Электрон. дан. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2014. — 108 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/33434>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

6.2. Дополнительная литература.

1. Бронников, С. В. Руководство по 9-мм пистолету Ярыгина 6П35 (ПЯ) для сотрудников органов внутренних дел [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / С. В. Бронников, С. И. Реймхен, Д. В. Литвин. — Электрон. дан. — Омск : Омская академия МВД России, 2012.— 112 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». — Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/36080>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

2. Гарник, В. С. Самбо : методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. С. Гарник. — Электрон. дан. — Москва : Моск. гос. строит. ун-т, ЭБС АСВ, 2012. — 191 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/20028>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

3. Григорьев, А. Н. Боевое айкидо. Философия боя. Система обороны [Электронный ресурс] / А. Н. Григорьев. — Электрон. дан. — Москва : РИПОЛ классик, 2013. — 256 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа :

<http://www.iprbookshop.ru/40097>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

4. Гросс, И. Л. Инновационные методы тренировки в профессионально-прикладной стрельбе [Электронный ресурс] / И. Л. Гросс // Культура физич. и здоровье. – Электрон. журн. — 2012. — № 6. — С. 51-53. — Доступ из ЭБС изд-ва «Лань». – Режим доступа : <http://e.lanbook.com/journal/issue/291323>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). — Загл. с экрана.

5. Кокин, А. В. Судебная баллистика и судебно-баллистическая экспертиза [Электронный ресурс] : учебник / А. В. Кокин, К. В. Ярмак. - Электрон. дан. - Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2015. – 350 с. - Гл. 3. Материальная часть стрелкового огнестрельного оружия. – С. 125 – 182. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436872>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

6. Махов, С. Ю. Штурмовой бой ГРОМ. Метод сокрушительных ударов [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / С. Ю. Махов. — Электрон. дан. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2014. — 184 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/33451>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

7. Подойма, Л. Ю. Проблемы регламентации безопасного обращения сотрудников полиции с огнестрельным оружием [Электронный ресурс] / Л. Ю. Подойма, С. В. Цветов // Проблемы правоохранительной деятельности. - Электрон. журн. - 2015. - № 3. - С. 59-61. - Доступ из НЭБ eLibrary.ru. - Режим доступа : <http://elibrary.ru/item.asp?id=24181783>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

8. Пулевая стрельба [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / ред.-сост. И. Золотарёв. - Электрон. дан. – 314 с.– Режим доступа : http://www.shooting-ua.com/dop_arhiv/dop_2/books/Pulevaya_Strelba_book.pdf, свободный (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

9. Рудман, Д. Л. Школа Самбо Давида Рудмана [Электронный ресурс] . Кн. 1. 1000 болевых приемов. / Д. Л. Рудман, К. В. Троянов. — Электрон. дан. — Москва : Человек, 2010. — 296 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/27625>, требуется авторизация (дата обращения : 03.11.2016). - Загл. с экрана.

10. Рудман, Д. Л. Школа Самбо Давида Рудмана [Электронный ресурс] / Кн. 2. 1000 болевых приемов / Д. Л. Рудман, К. В. Троянов. — Электрон. дан. — Москва : Человек, 2013. — 288 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/27626>, требуется авторизация (дата обращения : 03.11.2016). - Загл. с экрана.

11. Черноусов, А. В. Система реального рукопашного боя [Электронный ресурс] : Ч. 1. Основы. Техника : учеб. пособие / А. В. Черноусов. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Антология, 2015. — 480 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/42479>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

12. Якубовский, Я. К. Спецподготовка. Стрельба из пневматического пистолета [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Я. К. Якубовский. — Электрон. дан. —

Владивосток : Владивосток. филиал Рос. таможенной акад., 2007. — 164 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». — Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/25847>, требуется авторизация (дата обращения : 03.08.2016). - Загл. с экрана.

6.3 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.

1. Махов, С. Ю. Штурмовой бой ГРОМ – система личной безопасности [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / С. Ю. Махов. — Электрон. дан. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2014. — 77 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/33449>, требуется авторизация (дата обращения: 03.11.2016).

2. Махов, С. Ю. Безопасность личности. Основы, принципы, методы [Электронный ресурс] : монография / С. Ю. Махов. — Электрон. дан. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2013. — 178 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/33423>, требуется авторизация (дата обращения: 03.11.2016).

3. Барташ, В. А. Основы спортивной тренировки в рукопашном бое [Электронный ресурс]: учебное пособие / В. А. Барташ. — Электрон. дан. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». – Минск : Вышэйшая школа, 2014. — 480 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35520>, требуется авторизация (дата обращения: 03.11.2016).

4. Махов, С. Ю. Правовые основы самообороны [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С. Ю. Махов. — Электрон. дан. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2014. — 108 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/33434>. — ЭБС «IPRbooks», требуется авторизация (дата обращения: 03.11.2015)

5. Рудман, Д. Л. Школа Самбо Давида Рудмана [Электронный ресурс] . Кн. 1. 1000 болевых приемов. / Д. Л. Рудман, К. В. Троянов. — Электрон. дан. — Москва : Человек, 2010. — 296 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/27625>, требуется авторизация (дата обращения: 03.11.2016).

6. Харлампиев А. А. Борьба самбо [Электронный ресурс]: учеб. пособие - М., Л.: Гос. изд-во "Физкультура и спорт", 1949 181 с. . – Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=255671&sr=1> требуется авторизация (дата обращения: 04.03.2015).

6.4 Нормативные правовые документы.

1. Кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ // Офиц. интернет-портал правовой информации / Федер. служба охраны Рос. Федерации. – Режим доступа : <http://pravo.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 04.03.2015)

2. Кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 №63-ФЗ // Офиц. интернет-портал правовой информации / Федер. служба охраны Рос. Федерации. – Режим доступа : <http://pravo.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 04.03.2015)

3. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 б/н// Офиц. интернет-портал правовой информации / Федер. служба охраны Рос. Федерации. – Режим доступа : <http://pravo.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 03.03.2015)

4. О полиции от 07.02.2011 №3-ФЗ // Офиц. интернет-портал правовой информации / Федер. служба охраны Рос. Федерации. – Режим доступа : <http://pravo.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 04.03.2015)

5. О специальных средствах самообороны, снаряженных веществами слезоточивого и раздражающего действия: Указ Президента Российской Федерации от 08.11.1992 № 1341 // Офиц. интернет-портал правовой информации / Федер. служба охраны Рос. Федерации. – Режим доступа : <http://pravo.gov.ru/>, свободный (дата обращения: 04.03.2015)

6.5 Интернет-ресурсы.

1. Всероссийская федерация самбо <http://sambo.ru/>
2. Здрава – сайт о здоровье, здоровом образе жизни, физкультуре, правильном питании и обо всем, что с этим связано <http://budzdorov100let.ru/samostoyatelnyie-zanyatiya-fizkulturoy/>
3. Здоровая Россия <http://www.takzdorovo.ru/>
4. Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>
5. Офиц. интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru/>
6. Университетская библиотека ОНЛАЙН
http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub
7. Федерация дзюдо России <http://www.judo.ru/>
8. Электронно – библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>

6.6 Иные источники

Иные источники не используются.

7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

7.1. Программное обеспечение

1. Единая электронная справочно-правовая система «Консультант Плюс»
2. Единая электронная справочно-правовая система «Гарант»

7.2. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины.

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	экран, компьютер с подключением к локальной сети института, и выходом в Интернет, звуковой усилитель, антиподавитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна настольная, доска аудиторная
Класс деловых игр	ноутбуки, выход в Интернет ч/з Wi-Fi, аудиторная доска, аудиторные столы, стулья
Кабинет тактико-специальной подготовки. Кабинет огневой подготовки	Телевизор, методические информационные плакаты и стенды по огневой и специальной подготовке, аудиторные столы, стулья
Кабинет тактико-специальной подготовки	Аудиторная доска, аудиторные столы, стулья, демонстрационный методический материал
Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Компьютерные классы	компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет, столы аудиторные, стулья, доски аудиторные.

<p>Библиотека (имеющая места для обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет</p>	<p>компьютеры с подключением к локальной сети филиала и Интернет, Wi-Fi, столы аудиторные, стулья, компьютеры с выходом в Интернет, в автоматизированную библиотечную информационную систему и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система издательства ЛАНЬ», «Университетская Информационная Система РОССИЯ», «Электронная библиотека диссертаций РГБ», «Электронная библиотека РГБ», «Научная электронная библиотека eLIBRARY», «EBSCO Publishing». Система федеральных образовательных порталов «Экономика. Социология. Менеджмент», «Юридическая Россия», Сервер органов государственной власти РФ, Сайт Сибирского Федерального округа и др. Экран, звуковой усилитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна, доска аудиторная. Наборы виртуального демонстрационного оборудования, наглядные учебные пособия.</p>
---	--