

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ
ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«ОЛІМПІЙСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ІМЕНІ ІВАНА ПІДДУБНОГО
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ»

ЗАТВЕРДЖЕНО

Рішенням Науково-методичної ради
Від 30 серпня 2023 року
протокол №1

Голова Науково-методичної ради



А.І. Димуцька

30 серпня 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ВД.ВЗ 6 СПОРТИВНІ ВИДИ БОРОТЬБИ

Освітній професійний рівень: *(фаховий молодший бакалавр)*

Галузь знань: **01 «Освіта/Педагогіка»**

Спеціальність: **017 «Фізична культура і спорт»**

Розробник: **ДИМУЦЬКИЙ АНТОН ОЛЕГОВИЧ,**
спеціаліст I категорії, Майстер спорту України

Робочу програму схвалено на засіданні
ЦК циклу ДИСЦИПЛІН, ЩО
ФОРМУЮТЬ СПЕЦІАЛЬНІ
КОМПЕТЕНТНОСТІ
від 29 серпня 2023 року
протокол №1
Голова циклової комісії

А.О. Димуцький

1. Опис предмета навчальної дисципліни

Курс	Напря́м, спеціально́сть, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів - 3	Галузь знань: 01 «Освіта/Педагогіка» (вибіркова
Модулів - 1	Спеціально́сть 017 «Фізична культура і спорт»	Рік підготовки: 2
Змістових модулів - 1		Семестр: 4
Загальна кількість годин - 90		Лекції: 12 годин
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 2 Самостійної роботи студента - 2	Освітньо-професійний ступінь «Фаховий молодший бакалавр»	Семінарські, практичні заняття: 36 годин
		Всього 48 годин
		Самостійна робота: 42 години
		Вид контролю: залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

2.1. Мета: вивчення вибіркової навчальної дисципліни професійної підготовки «Спортивні види боротьби» полягає у формуванні фахових компетентностей у майбутніх учителів фізичної культури, які спрямовані на підготовку фахівців з фізичної культури, оволодіння ними руховими вміннями, навичками та методикою навчання рухових дій у видах боротьби.

2.2.Завдання:

1. Вивчення теоретичних основ спортивних видів боротьби.
2. Оволодіння технікою прийомів спортивних видів боротьби та їх удосконалення.
3. Оволодіння методикою навчання прийомам спортивних видів боротьби та удосконалення їх в техніці.
4. Оволодіння методикою проведення навчально-тренувальних занять зі спортивних видів боротьби.
5. Розвиток функціональних систем організму та зміцнення здоров'я студентів.
6. Розвиток загальних та спеціальних фізичних якостей студентів.
7. Забезпечення високого рівня працездатності.
8. Сприяння соціальному формуванню особистості.
9. Виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі.
10. Формування почуття патріотизму.

2.3. Перелік компетентностей випускника відповідно до Стандарту вищої освіти

Таблиця 1

Інтегральна компетентність	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності	ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні компетентності	СК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях. СК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів. СК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар. СК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

2.4. Деталізація компетентностей відповідно до дескрипторів НРК та визначених Стандартом компетентностей у формі «Матриці компетентностей»:

Таблиця 2

№ п/п	Класифікація компетентностей за НРК	Знання	Уміння	Комунікація	Автономія та відповідальність
1	2	3	4	5	6
I Загальні компетентності					
1	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.	+			+
2	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.		+	+	+
3	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.		+		+
II Спеціальні (фахові) компетентності					
4	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.		+		+
5	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.		+		+
6	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.		+		+
7	Здатність до безперервного професійного розвитку.			+	+

2.5. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати:

- предмет і завдання курсу спортивних видів боротьби;
- класифікацію, систематику і термінологію з видів боротьби;
- організацію і проведення уроків фізичної культури з елементами видів боротьби, секційних занять з видів боротьби (греко-римська, вільна, дзюдо, самбо, сумо);
- гігієнічні вимоги до занять з видів боротьби;
- гігієнічні вимоги до занять з видів боротьби;
- зміст, форми організації і методику проведення занять з видів боротьби;
- профілактику травматизму на секційних заняттях, на уроках фізкультури з видів боротьби;
- лікарський контроль, самоконтроль, перша допомога, масаж на заняттях

звидів боротьби;

- підготовку місць занять з видів боротьби;
- організацію змагань і методичку суддівства з видів боротьби.

вміти:

- знаходити правильний вибір місця для проведення урочних і секційних занять;
- підбирати підготовчі та спеціальні вправи, ігри, естафети, що сприяють оволодінню технікою і тактикою у видах боротьби;
- виконувати завдання викладача щодо складання і проведення окремих частин уроку з наступним його аналізом;
- показати і аналізувати елемент техніки прийому у видах боротьби;
- знаходити помилки у виконанні та шляхи їх виправлення;
- обладнати місце для проведення уроків фізичної культури з елементами видів боротьби.
- володіти вправами для розвитку фізичних якостей;
- володіти методами педагогічного контролю в процесі занять видами боротьби;
- володіти методикою використання допоміжного і нестандартного обладнання з видів боротьби на секційних заняттях та уроках фізкультури;
- володіти методикою роботи з науково-методичною літературою з видів боротьби;
- володіти методикою ведення виховної роботи в класі, секції, під час занять змагань з видів боротьби;
- володіти технікою переворотів: важелем, зворотнім захватом тулуба, захватом шиї з під плеча, захватом руки на ключ;

3. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів	Кількість годин			
	Усього	Лекц.	Практ.	Самост.
Змістовий модуль 1				
Базові прийоми спортивних єдиноборств.	90	12	36	42
Усього годин	106	4	38	64

4. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кіл-сть годин
	Модуль.	
1		2
2		2
3		2
4		2
5		2
6		2
	<i>Усього годин</i>	12

5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Модуль 1	
2.1.		2
2.2.		2
2.3.		2
3.1.		2
3.2.		2
3.3.		2
4.1.		2
4.2.		2
4.3.		2
5.1.		2
5.2.		2
5.3.		2
6.1.		2
6.2.		2
6.3.		2

	<i>Усього годин</i>	36
--	---------------------	-----------

6. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ
(не передбачено навчальним планом)

7. ТЕМИ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Модуль 1	
1		6
2		6
3		6
4		6
5		6
6		6
7		6
	<i>Усього годин</i>	42

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності

1) За джерелом інформації:

- Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (Power Point - презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
- Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- Практичні: вправи.

2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

3) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

4) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів; з книгою; виконання індивідуальних навчальних проектів.

II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуації зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Методи усного контролю: індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда, іспит.

Метод письмового контролю: модульне письмове тестування; підсумкове письмове тестування, реферат.

Метод практичного контролю: виконання практичних нормативів та тестів фізичної підготовленості.

Метод самоконтролю: уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Форми участі студентів у навчальному процесі, які підлягають поточному контролю:

- виступ з основного питання;
- усна доповідь;
- доповнення, запитання до того, хто відповідає, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях, інтерактивних формах організації заняття.
- письмові завдання (тестові, контрольні, творчі роботи);
- самостійне опрацювання тем;
- систематичність роботи на практичних заняттях, активність під час обговорення питань.

Оцінювання навчальних досягнень студента під час проведення практичних занять - максимальний бал – 10 балів:

Бали	Усна відповідь	Самостійна робота	Експрес тести
2-3	студент не володіє основною програмною літературою і не вміє грамотно використовувати наукову термінологію; не може достатньо повно і правильно відповісти на поставлені питання; допускає грубі принципові помилки при викладі матеріалу.	письмове анування питань, що виносяться на самостійне опрацювання	45-46% правильних відповідей
3,5-5	має достатній обсяг знань в рамках освітнього стандарту, але допускає помилки при його викладі своїми словами; студенту важко підтвердити відповідь конкретними прикладами; слабо відповідає на додаткові питання; виявляє здатність під керівництвом викладача; виправляти погрішності, допущені у відповіді, вирішувати типові задачі, орієнтуватися в базових теоріях дисципліни	виокремлення головних і другорядних питань, складання логічних схем	57-67% правильних відповідей
5,5-7	без особливих утруднень відповідає на питання; викладає матеріал з використанням необхідної наукової термінології, не допускаючи серйозних помилок; легко усуваються окремі неточності з допомогою навідних запитань; вміє застосовувати отримані знання на практиці для вирішення навчальних завдань	опрацювання не менш трьох літературних джерел з аналізом і власними висновками	68-78% правильних відповідей

7,5-8	виявляє засвоєння всього обсягу програмного матеріалу поточного та попередніх занять; вміє виділяти в ньому головні положення і осмислено застосовувати отримані знання на практиці; не допускає помилок при відтворенні матеріалу; чітко відповідає на питання відтворюючого характеру.	підготовка доповіді, або захист реферату з опрацюванням не менш шести літературних джерел	79-89% правильних відповідей
8,5-10	глибоко вивчив основний навчальний матеріал і додаткову літературу з теми поточного та попередніх занять; послідовно і логічно правильно вміє викладати матеріал, використовуючи при відповіді приклади, ілюструючи основні теоретичні положення; вичерпно відповідає на поставлені видозмінені питання, які не мають прямої відповіді в підручнику, із залученням знань інших дисциплін; вміє надавати аргументоване обґрунтування зв'язку досліджуваних питань з іншими розділами дисципліни; розбирається в складних наукових проблемах, вирішує нестандартні завдання, вміє вести діалог з викладачем.	створення мультимедійних презентацій з певної теми, підготовка кросвордів з даної теми.	90-100% правильних відповідей

До **2-х балів** ставиться студентіві, який робить вдалі доповнення протягом практичних занять з певної теми модуля, виправляє неточності, однак при цьому індивідуально не виступає з окремих питань.

10. ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ. Модульний контроль

Модульний контроль проводиться на останньому занятті модуля. Тривалість виконання модульних контрольних завдань не повинна перевищувати двох академічних годин.

11. СХЕМА НАРАХУВАННЯ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ, які отримують студенти

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	кількість балів по розрахунку	Всього
1	Тематична атестація			
2	Виконання завдань самостійної роботи			
3	Модульний контроль			
4	Реферат			
5				
Максимальна кількість балів ()...:100=				

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
81 – 89	B	добре	
75 – 80	C		
70 – 74	D		
60 – 69	E	задовільно	не зараховано
35 – 59	FX	незадовільно	
0 – 34	F		

12. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Опорні конспекти лекцій; навчальні посібники;
2. Робоча програма навчальної дисципліни; програма навчальної дисципліни;
3. Збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів;
4. Засоби підсумкового контролю (комп'ютерна програма тестування, комплект друкованих завдань для підсумкового контролю).
5. Завдання для комплексних контрольних робіт з навчальної дисципліни «Основи біомеханіки і біомеханічного аналізу».

12. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова:

1. Юшень. Циньна. Искусство болевых захватов. - Харків. :Дудукчан И.М. 2002 - 152 с. (Боевые искусства).
2. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України.:Наказ Міністра оборони України №865 від 30.12.2009 р.
3. Система самбо. Боевое искусство. - М., Советский спорт, 1995. - 96 с., ил.

Допоміжна:

4. Малеников І.Г. Боротба вільна і класична. - К. :,Здоров'я“, 50 с.
5. Иванов А.Л. Кикбоксинг. - К.: - «Air Land». - 1994. 310 с.
6. ЗеленовИ.А., Мелешников П.П. Цинна (методические рекомендации). - Горький. : Кооператив «Нефрит» АвМНПЦ. 1990
7. Основы рукопашного боя/Г.А. Бурцев, С.Г. Малашенков, В.В. Смирнов, З.С. Сямиулин. - М.: Воениздат, 1991. - 206 с.: ил.

Інформаційні ресурси

Сайт ВСП «Олімпійського фахового коледжу імені Івана Піддубного НУФВСУ» -

<https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>