

Министерство науки и высшего образования
Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Луганский государственный университет
имени Владимира Даля»

Институт управления и государственной службы
Кафедра производственного менеджмента



УТВЕРЖДАЮ

Директор Института управления

и государственной службы

Р.Г. Харьковский

(подпись)

» 2025 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория и методика обучения самбо»

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль «Тренерско-преподавательская деятельность в сфере образования и учебно-тренировочном процессе»

Луганск – 2025

Лист согласования РПУД

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и методика обучения самбо» по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профиль «Тренерско-преподавательская деятельность в сфере образования и учебно-тренировочном процессе» – 20с.

Рабочая программа учебной дисциплины «Теория и методика обучения самбо» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 942 (с изменениями и дополнениями).

СОСТАВИТЕЛЬ:

старший преподаватель А.Л. Омеляненко

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры
производственного менеджмента «*28*» *08* 20*25* г., протокол № *1*

Заведующий кафедрой
производственного менеджмента  А.В. Родионов

Переутверждена: «___» _____ 20__ г., протокол № _____

Директор института
управления и государственной службы _____ Р.Г. Харьковский

Рекомендована на заседании учебно-методической комиссии института
управления и государственной службы «01» 09 2025 г., протокол № 1.

Председатель учебно-методической
комиссии института управления
и государственной службы _____ Е.В. Щербакова

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины – сформировать у обучающихся систему знаний о технике, тактике, методике обучения и организации тренировочного процесса в самбо, а также развить практические навыки, необходимые для преподавания и тренерской деятельности с учётом возрастных, индивидуальных и профессиональных особенностей занимающихся.

Задачи дисциплины:

- △ Изучить историю, философию и принципы самбо как национального вида единоборств.
- △ Освоить классификацию и технику основных приёмов самбо: бросков, удержаний, болевых и защитных действий.
- △ Изучить методику обучения техническим и тактическим действиям в спортивном и прикладном самбо.
- △ Сформировать навыки планирования и организации учебно-тренировочного занятия по самбо.
- △ Овладеть методами физической, психофизической и специальной подготовки самбистов.
- △ Ознакомиться с возрастными и индивидуальными особенностями подготовки спортсменов на разных этапах обучения.
- △ Научиться анализировать технику выполнения приёмов, выявлять ошибки и применять корректирующие упражнения.
- △ Изучить правила соревнований, требования к организации и проведению учебных и официальных поединков.
- △ Освоить принципы построения тренировочного процесса, включая подготовительный, соревновательный и восстановительный периоды.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Теория и методика обучения самбо» входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профиль подготовки: «Тренерско-преподавательская деятельность в сфере образования и учебно-тренировочном процессе».

Содержание дисциплины логически связано с другими компонентами образовательной программы, включая: «Анатомия человека», «Педагогика», «Теория и методика физической культуры и спорта».

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Перечень планируемых результатов
ПК-4. Способен осуществлять процесс спортивной	ПК-4.1. Знает требования федерального стандарта спортивной подготовки по	знать: требования федерального стандарта спортивной

подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	виду спорта. ПК-4.2. Анализирует условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки ПК-4.3. Осуществляет реализацию спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	подготовки по виду спорта. уметь: анализировать условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки владеть: навыками реализации спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий
--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	144 (4 зач. ед)	144 (4 зач. ед)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	42	10
в том числе:		
Лекции	14	4
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	28	6
Лабораторные работы	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса (<i>расчетно-графические работы, индивидуальные задания и т.п.</i>)	-	-
Самостоятельная работа студента (всего)	90	134
Форма аттестации	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. История, философия и социальная роль самбо. Этапы становления самбо как национального вида единоборств. Исторические предпосылки и ключевые фигуры в развитии самбо. Самбо как форма физического воспитания: спортивное, оздоровительное, прикладное направления. Участие российских самбистов в международных соревнованиях. Современные тенденции и перспективы развития самбо в России и мире.

Тема 2. Физическая подготовка самбистов: развитие двигательных качеств. Упражнения на силу: с партнёром и без, работа с собственным весом. Развитие ловкости, быстроты и координации: бег, прыжки, смена направления. Гибкость и растяжка: шпагаты, мост, динамические и

статические упражнения. Выносливость: интервальные нагрузки, эстафеты, работа на время. Связь физических качеств с техникой выполнения приёмов.

Тема 3. Акробатика и техника самостраховки в самбо. Простейшие акробатические элементы: кувырки, стойки, мост, колесо. Техника падений: вперёд, назад, на бок, через партнёра. Самостраховка при выполнении бросков и падений. Освобождение от захватов и обхватов: методика и безопасность. Подготовка к выполнению сложных технических действий через акробатику.

Тема 4. Техника и методика ведения борьбы в стойке и в партере. Основные стойки, передвижения, дистанции и захваты. Броски: подножки, броски через бедро, скручивания. Техника борьбы лёжа: удержания, переворачивания, защита. Комбинированные действия и переходы из стойки в партер. Учебные и учебно-тренировочные схватки: цели, структура, анализ.

Тема 5. Прикладные элементы самбо: основы самообороны. Защита от захватов за руки, одежду, туловище. Освобождение от обхватов спереди и сзади. Простейшие приёмы самозащиты в бытовых и учебных ситуациях. Методика преподавания прикладного самбо в образовательной среде. Этические и правовые аспекты применения приёмов самообороны.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	История, философия и социальная роль самбо	2	0,5
2	Физическая подготовка самбистов: развитие двигательных качеств	3	0,5
3	Акробатика и техника самостраховки в самбо	3	1
4	Техника и методика ведения борьбы в стойке и в партере	3	1
5	Прикладные элементы самбо: основы самообороны	3	1
Итого:		14	4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1.	История, философия и социальная роль самбо	2	0,5
2.	Физическая подготовка самбистов: развитие двигательных качеств	6	0,5
3.	Акробатика и техника самостраховки в самбо	6	1
4.	Техника и методика ведения борьбы в стойке и в партере	8	2
5.	Прикладные элементы самбо: основы самообороны	6	2
Итого:		28	6

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	История, философия и социальная роль самбо	Реферат, сообщение, презентация, анализ этапов развития самбо	14	20

2	Физическая подготовка самбистов: развитие двигательных качеств	Таблица упражнений, методическая разработка, доклад по развитию физических качеств	20	32
3	Акробатика и техника самостраховки в самбо	Анализ видеоматериала, практическое задание, составление схем страховки и падений	18	26
4	Техника и методика ведения борьбы в стойке и в партере	Ситуационное задание, конспект занятия, разработка методики обучения техническим действиям	22	36
5	Прикладные элементы самбо: основы самообороны	Реферат, моделирование ситуаций, сообщение, разработка упражнений по освобождению от захватов	16	20
Итого:			90	134

4.7. Курсовые работы не предполагаются учебным планом

5. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

традиционные объяснительно-иллюстративные технологии, которые обеспечивают доступность учебного материала для большинства студентов, системность, отработанность организационных форм и привычных методов, относительно малые затраты времени;

технологии проблемного обучения, направленные на развитие познавательной активности, творческой самостоятельности студентов и предполагающие последовательное и целенаправленное выдвижение перед студентом познавательных задач, разрешение которых позволяет студентам активно усваивать знания (используются поисковые методы; постановка познавательных задач);

технологии развивающего обучения, позволяющие ориентировать учебный процесс на потенциальные возможности студентов, их реализацию и развитие;

технологии концентрированного обучения, суть которых состоит в создании максимально близкой к естественным психологическим особенностям человеческого восприятия структуры учебного процесса и которые дают возможность глубокого и системного изучения содержания учебных дисциплин за счет объединения занятий в тематические блоки;

технологии модульного обучения, дающие возможность обеспечения гибкости процесса обучения, адаптации его к индивидуальным потребностям и особенностям обучающихся (применяются, как правило, при самостоятельном обучении студентов по индивидуальному учебному плану);

технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие возможность создания оптимальных условий для развития интересов и способностей студентов, в том числе и студентов с особыми образовательными потребностями, что позволяет реализовать в культурно-образовательном пространстве университета идею создания равных возможностей для получения образования

технологии активного (контекстного) обучения, с помощью которых

осуществляется моделирование предметного, проблемного и социального содержания будущей профессиональной деятельности студентов (используются активные и интерактивные методы обучения) и т.д.

Максимальная эффективность педагогического процесса достигается путем конструирования оптимального комплекса педагогических технологий и (или) их элементов на личностно-ориентированной, деятельностной, диалогической основе и использования необходимых современных средств обучения.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Гарник, В. С. Самбо: методика учебно-тренировочных и самостоятельных занятий : учебное пособие / В. С. Гарник. — Москва : МИСИ-МГСУ, 2017. — 193 с. — Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=339096>

2. Емельянов, В. Ю. Спортивное самбо — студенту с ограниченными возможностями по слуху : учебно-методическое пособие / В. Ю. Емельянов, А. П. Чайников. — Москва : МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2020. — 112 с. — Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=428308>

3. Лукин А.А. Борьба самбо. Вариативная часть физической культуры [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей/ Лукин А.А., Галочкин Г.П., Щетинин Н.В.— Электрон. текстовые данные. — Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 50 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72910.html>.— ЭБС «IPRbooks»

4. Правила вида спорта «самбо» : нормативные документы / авт.-сост.: С. В. Елисеев, В. Т. Перчик, А. Ф. Ушаков, Ю. А. Шоя, И. Л. Ципурский, Р. М. Болотский. — Москва : Спорт, 2021. — 164 с. — Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=376714>

5. Рудман, Д. Л. Школа Самбо Давида Рудмана: 1000 болевых приемов (Книга 2) : учебное пособие / Д. Л. Рудман, К. В. Троянов. — Москва : Человек, 2013. — 288 с. —Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=16937>

6. Рудман, Д. Л. Школа Самбо Давида Рудмана: 1000 болевых приемов (Книга 1) : учебное пособие / Д. Л. Рудман, К. В. Троянов. — Москва : Человек, 2010. — 296 с. —Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/document?id=37430>

б) дополнительная литература:

1. Концепция биологически целесообразной физической подготовки борцов (самбо, дзюдо). – М.: ЗАО фирма «Лика», 2005. – 120 с.

2. Максимов Д.В. Физическая подготовка единоборцев (теоретико-практические рекомендации) / Д.В. Максимов, В.Н. Селуянов, С.Е. Табаков // – М.: ТВТ Дивизион, 2011. – 160 с.

3. Самбо: правила соревнований (спортивное и боевое) / Всероссийская федерация самбо. – 3-е изд.испр. - М.: Спорт, 2016. – 112 с.

4. Самбо: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков // – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.

5. Харлампиев, А.А. Борьба самбо : учебное пособие / А.А. Харлампиев. - Москва; Ленинград : Гос. изд-во "Физкультура и спорт", 1949. - 181 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=255671>. - ISBN 978-5-44751490- - Текст : электронный.

6. Шахов, А.А. Елецкая школа самбо и дзюдо как составная часть всеобщей истории спортивной борьбы : учебное пособие / А.А. Шахов ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2010. - 93 с. - Режим доступа: URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272303>.

7. Шахов, А.А. Самбо и дзюдо в Липецкой области: зарождение, становление, перспективы развития / А.А. Шахов ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. - Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2012. - 604 с. : ил., табл., схемы - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364537> . - Библиогр.: с. 421-483. - ISBN 978-5-94809-555-4. - Текст : электронный.

8. Шестаков В.Б. САМБО – наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов: учебное пособие/ Ф.В. Емельяненко, С.В. Ерёгина, В.Б. Шестаков // – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. – 224 с.ил.

в) Интернет-ресурсы:

Справочно-правовая база данных «КонсультантПлюс» – <https://www.consultant.ru>

Сборник ресурсов по экономике и менеджменту – <http://www.econline.h1.ru>

Электронная библиотека «Библиотека международной спортивной информации» – www.bmsi.ru

Портал, посвященный вопросам спортивного менеджмента и маркетинга – www.sportmanagement.ru

Официальные сайты спортивных организаций, такие как www.olympic.ru, www.sochi2014.com, www.rfs.ru, biathlonrus.com

Электронно-библиотечная система «Консультант студента» – <http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>

Электронно-библиотечная система «StudMed.ru» – <https://www.studmed.ru>

Научная библиотека имени А. Н. Коняева – <http://biblio.dahluniver.ru/>

7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины предполагает использование академических

аудиторий, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

Программное обеспечение

Функциональное назначение	Бесплатное программное обеспечение	Ссылки
Офисный пакет	Libre Office 6.3.1	https://www.libreoffice.org/ https://ru.wikipedia.org/wiki/LibreOffice
Операционная система	UBUNTU 19.04	https://ubuntu.com/ https://ru.wikipedia.org/wiki/Ubuntu
Браузер	Firefox Mozilla	http://www.mozilla.org/ru/firefox/fx
Браузер	Opera	http://www.opera.com
Почтовый клиент	Mozilla Thunderbird	http://www.mozilla.org/ru/thunderbird
Файл-менеджер	Far Manager	http://www.farmanager.com/download.php
Архиватор	7Zip	http://www.7-zip.org/
Графический редактор	GIMP (GNU Image Manipulation Program)	http://www.gimp.org/ http://gimp.ru/viewpage.php?page_id=8 http://ru.wikipedia.org/wiki/GIMP
Редактор PDF	PDFCreator	http://www.pdfforge.org/pdfcreator
Видеоплеер	Media Player Classic	http://mpc.darkhost.ru/

8. Оценочные средства по дисциплине
Паспорт
оценочных средств по учебной дисциплине
«Теория и методика обучения самбо»

Описание уровней сформированности и критериев оценивания
компетенций на этапах их формирования в ходе изучения дисциплины

Этап	Код компетенции	Уровни сформированности компетенции	Критерии оценивания компетенции
Начальный	ПК-4. Способен осуществлять процесс спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	Пороговый	знать: требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.
Основной		Базовый	уметь: анализировать условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки
Заключительный		Высокий	владеть: навыками реализации спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий

Перечень компетенций (элементов компетенций), формируемых в
результате освоения учебной дисциплины

№ п/п	Код компетенции	Формулировка контролируемой компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по дисциплине)	Темы учебной дисциплины	Этапы формирования (семестр изучения)
1	ПК-4	Способен осуществлять процесс спортивной подготовки, в том числе с использованием	ПК-4.1. Знает требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	Тема 1. История самбо, самбо как вид единоборства Тема 2. Развитие основных физических качеств	7

		цифровых технологий	ПК-4.2. Анализирует условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки	Тема 3. Простейшие акробатические элементы. Техника самостраховки Тема 4 Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке	7
			ПК-4.3. Осуществляет реализацию спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	Тема 5. Простейшие способы самообороны	7

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

№ п/п	Код компетенции	Индикаторы достижений компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Контролируемые темы учебной дисциплины	Наименование оценочного средства
1	ПК-4. Способен осуществлять процесс спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	ПК-4.1. Знает требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.	знать: требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта. уметь: анализировать условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы	Тема 1. История самбо, самбо как вид единоборства Тема 2. Развитие основных физических качеств	доклад, сообщение, тестовые задания, рефераты

			спортивной подготовки владеть: навыками реализации спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий		
		ПК-4.2. Анализирует условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки	знать: требования федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта. уметь: анализировать условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки владеть: навыками реализации спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	Тема 3. Простейшие акробатические элементы. Техника самостраховки Тема 4 Техника борьбы лежа. Техника борьбы в стойке	Доклад, Сообщение, Тестовые задания, Реферат, Методическая разработка: комплекс упражнений на координацию и реакцию, Анализ видеоматериала: выявление ошибок в технике и предложенные корректировки, Ситуационное задание: адаптация тренировки для группы с разным уровнем подготовки
		ПК-4.3. Осуществляет реализацию спортивной	знать: требования федерального стандарта	Тема 5. Простейшие способы самообороны	Доклад, Сообщение, Тестовые задания, Реферат, Методическая

		подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий	спортивной подготовки по виду спорта. уметь: анализировать условия осуществления процесса построения спортивной подготовки по этапам и периодам спортивной подготовки на основе программы спортивной подготовки владеть: навыками реализации спортивной подготовки в соответствии с утвержденной программой спортивной подготовки, в том числе с использованием цифровых технологий		разработка: комплекс упражнений на координацию и реакцию, Анализ видеоматериала: выявление ошибок в технике и предложенные корректировки, Ситуационное задание: адаптация тренировки для группы с разным уровнем подготовки
--	--	---	---	--	---

1. Вопросы для обсуждения в виде собеседования (устный или письменный опрос)

1. Каковы исторические предпосылки возникновения самбо?
2. В чём заключается прикладное значение самбо?
3. Какие этапы формирования самбо как вида спорта вы можете выделить?
4. Какие виды самбо существуют и чем они отличаются?
5. Какова роль самбо в системе физического воспитания?
6. Какие физические качества наиболее важны для самбиста?
7. Какие упражнения способствуют развитию силы у самбистов?
8. Как развивать координацию и ловкость в процессе подготовки?
9. Какие методы используются для повышения выносливости?
10. Какие упражнения применяются для развития гибкости?
11. Какие акробатические элементы входят в подготовку самбиста?
12. В чём заключается техника самостраховки при падениях?
13. Как правильно выполнять кувырок вперёд и назад?
14. Какие приёмы используются для освобождения от захватов?
15. Как обучать падению назад с самостраховкой?
16. Какие стойки и передвижения применяются в борьбе в стойке?
17. Какие захваты используются для выведения соперника из равновесия?

18. Как выполняется бросок через бедро?
19. Какие удержания применяются в борьбе лёжа?
20. Как организовать учебно-тренировочную схватку?
21. Какие приёмы считаются запрещёнными в самбо?
22. Какова структура учебного занятия по самбо?
23. Какие задачи решаются в подготовительной части занятия?
24. Как организовать работу в основной части занятия?
25. Какие формы контроля физической подготовленности применимы в самбо?
26. Как проводится тестирование технической подготовленности?
27. Какие требования предъявляются к организации соревнований по самбо?
28. Какие функции выполняет судья на соревнованиях по самбо?
29. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при обучении самбо?
30. Каковы перспективы развития самбо в образовательной среде?

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству доклад, сообщение

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Доклад (сообщение) представлен(о) на высоком уровне (студент в полном объеме осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, владеет профильным понятийным (категориальным) аппаратом и т.п.)
4	Доклад (сообщение) представлен(о) на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, допустив некоторые неточности и т.п.)
3	Доклад (сообщение) представлен(о) на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками, не владеет в достаточной степени профильным категориальным аппаратом и т.п.)
2	Доклад (сообщение) представлен(о) на неудовлетворительном уровне или не представлен (студент не готов, не выполнил задание и т.п.)

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству практическое задание

Шкала оценивания	Критерий оценивания
5	Задание выполнено на высоком уровне: студент продемонстрировал уверенное владение методикой, грамотно подобрал упражнения, учёл возрастные и индивидуальные особенности, оформил материал логично и полно
4	Задание выполнено на среднем уровне: студент в целом справился с задачей, допустил отдельные методические неточности, оформление частично не соответствует требованиям
3	Задание выполнено на низком уровне: допущены

	существенные ошибки в подборе упражнений, отсутствует логика построения, методика не раскрыта полноценно
2	Задание не выполнено или выполнено на неудовлетворительном уровне: отсутствует структура, методическая цель не достигнута, студент не готов

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству ситуационное задание

Шкала оценивания	Критерий оценивания
5	Студент предложил обоснованное решение, продемонстрировал понимание методики, учёл все условия ситуации, аргументировал выбор действий, использовал профильную терминологию
4	Студент предложил решение, частично учёл условия ситуации, допустил отдельные логические или методические неточности, аргументация недостаточно развёрнута
3	Студент предложил решение с существенными ошибками, не учёл ключевые условия, аргументация слабая, терминология используется неточно
2	Студент не предложил решение или оно не соответствует условиям задачи, отсутствует аргументация, профильные знания не продемонстрированы

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству анализ видеоматериала

Шкала оценивания	Критерий оценивания
5	Студент провёл глубокий анализ, точно выявил ошибки, предложил корректирующие упражнения, использовал профильную терминологию, оформил выводы логично и обоснованно
4	Студент провёл анализ, выявил основные ошибки, предложил частичные рекомендации, допустил отдельные неточности в терминологии или оформлении
3	Студент провёл поверхностный анализ, выявил не все ошибки, рекомендации не соответствуют методике, оформление слабое
2	Студент не провёл анализ или выполнил его на неудовлетворительном уровне, ошибки не выявлены, рекомендации отсутствуют, оформление не соответствует требованиям

2. Типовые тестовые задания

1. Какой из следующих приемов является основным в самбо?

- А) Бросок через бедро
- Б) Удушающий прием
- В) Подсечка
- Г) Удар ногой

2. Какой из следующих методов является наиболее эффективным для психологической подготовки спортсменов в самбо?

- А) Дыхательные упражнения
- Б) Изучение теории самбо

В) Силовые тренировки

Г) Применение диеты

3. Какой метод обучения наиболее часто используется для освоения новых техник в самбо?

А) Метод соревнований

Б) Метод пошагового обучения

В) Метод свободной борьбы

Г) Метод наблюдения

4. Установите правильную последовательность этапов обучения технике самбо.

—) Демонстрация техники тренером

—) Практика техники учащимися

—) Обсуждение и анализ выполнения

—) Коррекция ошибок

5. Установите правильную последовательность этапов подготовки спортсмена к соревнованиям по самбо.

—) Физическая подготовка

—) Психологическая подготовка

—) Тактическая подготовка

—) Техническая подготовка

6.. Установите правильную последовательность этапов процесса обучения самбо.

—) Оценка уровня подготовки

—) Постановка целей обучения

—) Выбор методов и средств обучения

—) Проведение тренировок

7. Бросок через бедро — это прием, при котором спортсмен использует _____ для выполнения броска.

8. Метод _____ позволяет обучающимся осваивать технику через наблюдение за действиями более опытных спортсменов.

9. Визуализация — это метод, при котором спортсмен представляет _____ своего успешного выступления.

Методические рекомендации:

При использовании формы текущего контроля «Тестирование» студентам могут предлагаться задания на бумажном носителе.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «тестирование»

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	85 -100% правильных ответов
4	71-85% правильных ответов
3	61-70% правильных ответов
2	60% правильных ответов и ниже

3. Разноуровневые задачи и задания

I уровень — репродуктивный

1. Перечислите основные виды самбо
2. Назовите этапы обучения броску через бедро
3. Опишите технику падения назад
4. Укажите упражнения для развития гибкости
5. Назовите запрещённые действия в самбо

II уровень — продуктивный

1. Сравните технику задней и передней подножки
2. Проанализируйте методику обучения удержаниям
3. Составьте конспект занятия по самозащите
4. Разработайте таблицу развития физических качеств
5. Проанализируйте ошибки при выполнении броска через бедро

III уровень — творческий

1. Разработайте авторскую методику обучения падениям
2. Составьте индивидуальную программу подготовки самбиста
3. Проведите анализ видеозаписи схватки и предложите корректировки
4. Разработайте инфографику «Ошибки при бросках и их устранение»
5. Составьте проект организации школьного турнира по самбо

Методические рекомендации:

На основе изучения основных теоретических положений следует сформулировать собственное обоснованное мнение по проблемам и возможным путям их решения в данной области (в зависимости от конкретной постановки вопроса).

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству

«разноуровневые задания и задачи»

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5	Обучающийся полностью и правильно выполнил задание. Показал отличные знания, умения и владения навыками применения их при решении задач в рамках усвоенного учебного материала. Работа оформлена аккуратно в соответствии с предъявляемыми требованиями
4	Обучающийся выполнил задание с небольшими неточностями. Показал хорошие знания, умения и владения навыками применения их при решении задач в рамках усвоенного учебного материала. Есть недостатки в оформлении работы
3	Обучающийся выполнил задание с существенными неточностями. Показал удовлетворительные знания, умения и владения навыками применения их при решении задач
2	Обучающийся выполнил задание неправильно. При выполнении обучающийся продемонстрировал недостаточный уровень знаний, умений и владения ими при решении задач в рамках усвоенного учебного материала

4. Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет)

1. История развития самбо
2. Виды самбо и их назначение

3. Основные этапы становления самбо в России
4. Спортивное и прикладное значение самбо
5. Основные физические качества самбиста
6. Упражнения на силу и выносливость
7. Упражнения на гибкость и координацию
8. Акробатические элементы в подготовке самбиста
9. Техника самостраховки при падениях
10. Методика обучения падению назад
11. Освобождение от захватов
12. Защита от обхватов туловища
13. Техника борьбы в стойке
14. Техника борьбы в партере
15. Запрещённые приёмы и действия
16. Стойки и передвижения
17. Захваты и выведение из равновесия
18. Броски: классификация и техника
19. Удержания и переворачивания
20. Комбинированные действия
21. Учебно-тренировочные схватки
22. Методика организации занятий
23. Структура тренировочного процесса
24. Психологическая подготовка самбиста
25. Судейство в самбо
26. Правила соревнований
27. Этапы подготовки к турниру
28. Самбо как средство воспитания
29. Этические аспекты преподавания самбо
30. Перспективы развития самбо в России

**Критерии и шкала оценивания по оценочному средству
промежуточный контроль (зачет)**

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
отлично (5)	Студент глубоко и в полном объёме владеет программным материалом. Грамотно, исчерпывающе и логично его излагает в устной или письменной форме. При этом знает рекомендованную литературу, проявляет творческий подход в ответах на вопросы и правильно обосновывает принятые решения, хорошо владеет умениями и навыками при выполнении практических задач.
хорошо (4)	Студент знает программный материал, грамотно и по сути излагает его в устной или письменной форме, допуская незначительные неточности в утверждениях, трактовках, определениях и категориях или незначительное количество ошибок. При этом владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических задач.
удовлетворительно (3)	Студент знает только основной программный материал,

	допускает неточности, недостаточно чёткие формулировки, непоследовательность в ответах, излагаемых в устной или письменной форме. При этом недостаточно владеет умениями и навыками при выполнении практических задач. Допускает до 30% ошибок в излагаемых ответах.
неудовлетворительно (2)	Студент не знает значительной части программного материала. При этом допускает принципиальные ошибки в доказательствах, в трактовке понятий и категорий, проявляет низкую культуру знаний, не владеет основными умениями и навыками при выполнении практических задач. Студент отказывается от ответов на дополнительные вопросы

Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)