

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»**

Факультет физической культуры
Кафедра ТОФК и туризма

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

История развития национальных видов спорта в СК
(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
**Спортивная тренировка в избранном
виде спорта**

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная / заочная

Год начала подготовки – 2023

Карачаевск, 2026

Составитель: к.ф.н., доц. Джанкетов А.Э.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 №940, на основании учебного плана подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивная тренировка в избранном виде спорта», локальных актов КЧГУ

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин на 2026-2027 уч. год, протокол № 8, от 28.04.2026г.

И.о. завкафедрой, к.п.н., доцент.....Кочкаров Э.Э.

Оглавление

1. НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	5
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	6
6. Основные формы учебной работы и образовательные технологии, используемые при реализации образовательной программы	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	10
7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	10
7.2. Перевод балльно-рейтинговых показателей оценки качества подготовки обучающихся в отметки традиционной системы оценивания	13
7.3. Типовые контрольные вопросы и задания, необходимые для оценивания сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	13
7.3.1. Перечень вопросов для зачета/экзамена	13
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	14
9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)	14
9.1. Общесистемные требования	14
9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	15
9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения	15
9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы ...	15
10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	16
11. Лист регистрации изменений	17

1. НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

История развития национальных видов спорта на Северном Кавказе

Целью изучения дисциплины является:

формирование систематизированных знаний в области теории, методики и практики, национальных видах спорта на Северном Кавказе.

Для достижения цели ставятся задачи:

- изучить историю возникновения и развития национальных видов спорта в стране и регионе;
- определить место национальных видов спорта в современной системе физического воспитания и образования;
- обучить практическим навыкам борьбы

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в части формируемой участниками образовательных отношений Б1.В.ДВ.01.01

Дисциплина (модуль) изучается на 3 курсе (ах) в 6 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.В.ДВ.01.01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин: "Педагогика".	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
освоение дисциплины «История развития национальных видов спорта на Северном Кавказе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплины: "Спортивные и подвижные игры", "Учебная практика по организации физкультурно оздоровительных мероприятий", "Спортивные игры и методика преподавания"	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Коды компетенции	Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций*	Индикаторы достижения
УК-1	способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. знает анализировать задачу и её базовые составляющие в соответствии с заданными требованиями;
		УК-1.2. умеет осуществлять поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов;

		УК-1.3. владеет методами и средствами решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи
ПК-1	Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации образовательной программы	ПК-1.1. знает выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине;
		ПК-1.2. умеет проводить анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н;
		ПК-1.3. навыками реализации программы учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности.
ПК-2	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся	ПК-2.1. знает частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;
		ПК-2.2. умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;
		ПК-2.3. владеет навыками осуществлять отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 з.е., 72 академических часов.

Объём дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	54	10
в том числе:		
лекции	18	4
семинары, практические занятия	36	6
практикумы	Не предусмотрено	

лабораторные работы	Не предусмотрено	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	18	58
Контроль самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	зачет

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах) всего	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
			Аудиторные уч. занятия			Сам. работа
			Лек	Пр	Лаб	
1	История возникновения и развития национальных видов спорта		2	2		
2	Значение национальных видов спорта в современной системе физического воспитания и образования			2		2
3	Возникновение и становление спортивных видов борьбы		2			2
4	Организация и проведение спортивных мероприятий и соревнований по национальным видам спорта. Основные двигательные действия в национальных видах спорта			2		2
5	Возникновение и становление борьбы в России		2			2
6	Теоретические основы вольной борьбы			2		2
7	Сущность вольной борьбы		2			
8	Своеобразие возникновения и развития борьбы на Северном Кавказе			2		
9	Своеобразие школы спортивной борьбы на Северном Кавказе.		2			
10	Отличительные особенности возникновения и развития спортивной борьбы в Карачаево – Черкесии			2		2
11	Школа национальной		2	2		

	борьбы в Карачаево – Черкесии. Тренеры по спортивной борьбе					
12	История развития северного многоборья.			2		
13	Роль и значение северного многоборья в системе физического воспитания		2	2		
14	Техника тройного национального прыжка (с одновременным отталкиванием двумя ногами)			2		2
15	Методика обучения технике прыжков через нарты		2	2		
16	Опасные ситуации в борьбе			2		
17	Совершенствование коронных атакующих действий		2			
18	Организационно – методические особенности проведения занятий по спортивной борьбе			2		2
19	Правила поведения занимающихся и техника безопасности			2		
20	Гигиеничные нормы и требования			2		
21	Классификация основных технических действий в борьбе			2		
22	Игры борцов			2		
23	Какова роль национальных видов спорта в становлении личности			2		2
			18	36		18

Для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
			Аудиторные уч. занятия			Сам. Работа
		Всего-72	Лек	Пр	Лаб	
1	История возникновения и развития национальных видов спорта		2			4
2	Значение национальных видов спорта в современной системе физического воспитания и образования			2		2
3	Возникновение и становление спортивных видов борьбы		2			4
4	Организация и проведение спортивных мероприятий и			2		4

	соревнований по национальным видам спорта. Основные двигательные действия в национальных видах спорта					
5	Возникновение и становление борьбы в России					4
6	Теоретические основы вольной борьбы					2
7.	Сущность вольной борьбы					4
8.	Своеобразие возникновения и развития борьбы на Северном Кавказе			2		4
9.	Своеобразие школы спортивной борьбы на Северном Кавказе.					4
10.	Отличительные особенности возникновения и развития спортивной борьбы в Карачаево – Черкесии					4
11.	Школа национальной борьбы в Карачаево – Черкесии. Тренеры по спортивной борьбе					2
12.	История развития северного многоборья.					2
13.	Роль и значение северного многоборья в системе физического воспитания					2
14.	Техника тройного национального прыжка (с одновременным отталкиванием двумя ногами)					2
15.	Методика обучения технике прыжков через нарты					2
16.	Опасные ситуации в борьбе					2
17.	Совершенствование коронных атакующих действий					2
18.	Организационно – методические особенности проведения занятий по спортивной борьбе					2
19.	Правила поведения занимающихся и техника безопасности					2
20.	Гигиеничные нормы и требования					2
21.	Классификация основных технических действий в					2

	борьбе					
			4	6		58

6. Основные формы учебной работы и образовательные технологии, используемые при реализации образовательной программы

Лекционные занятия. Лекция является основной формой учебной работы в вузе, она является наиболее важным средством теоретической подготовки обучающихся. На лекциях рекомендуется деятельность обучающегося в форме активного слушания, т.е. предполагается возможность задавать вопросы на уточнение понимания темы и рекомендуется конспектирование основных положений лекции. Основная дидактическая цель лекции - обеспечение ориентировочной основы для дальнейшего усвоения учебного материала. Лекторами активно используются: лекция-диалог, лекция - визуализация, лекция - презентация. Лекция - беседа, или «диалог с аудиторией», представляет собой непосредственный контакт преподавателя с аудиторией. Ее преимущество состоит в том, что она позволяет привлекать внимание слушателей к наиболее важным вопросам темы, определять содержание и темп изложения учебного материала с учетом особенностей аудитории. Участие обучающихся в лекции – беседе обеспечивается вопросами к аудитории, которые могут быть как элементарными, так и проблемными.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Рекомендуется на первой лекции довести до внимания студентов структуру дисциплины и его разделы, а в дальнейшем указывать начало каждого раздела (модуля), суть и его задачи, а, закончив изложение, подводить итог по этому разделу, чтобы связать его со следующим. Содержание лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины. Для эффективного проведения лекционного занятия рекомендуется соблюдать последовательность ее основных этапов:

1. формулировку темы лекции;
2. указание основных изучаемых разделов или вопросов и предполагаемых затрат времени на их изложение;
3. изложение вводной части;
4. изложение основной части лекции;
5. краткие выводы по каждому из вопросов;
6. заключение;
7. рекомендации литературных источников по излагаемым вопросам.

Лабораторные работы и практические занятия. Дисциплины, по которым планируются лабораторные работы и практические занятия, определяются учебными планами. Лабораторные работы и практические занятия относятся к основным видам учебных занятий и составляют важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки. Выполнение студентом лабораторных работ и практических занятий направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление полученных теоретических знаний по конкретным темам дисциплин математического и общего естественно-научного, общепрофессионального и профессионального циклов;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- развитие интеллектуальных умений у будущих специалистов: аналитических, проектировочных, конструктивных и др.;
- выработку при решении поставленных задач таких профессионально значимых качеств, как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива. Методические рекомендации разработаны с целью единого подхода к организации и проведению лабораторных и практических занятий.

Лабораторная работа — это форма организации учебного процесса, когда студенты по заданию и под руководством преподавателя самостоятельно проводят опыты, измерения, элементарные исследования на основе специально разработанных заданий. Лабораторная работа как вид учебного занятия должна проводиться в специально оборудованных учебных аудиториях. Необходимыми структурными элементами лабораторной работы, помимо самостоятельной деятельности студентов, являются инструктаж, проводимый преподавателем, а также организация обсуждения итогов выполнения лабораторной работы. Дидактические цели лабораторных занятий:

- формирование умений решать практические задачи путем постановки опыта;
- экспериментальное подтверждение изученных теоретических положений, экспериментальная проверка формул, расчетов;
- наблюдение и изучения явлений и процессов, поиск закономерностей;
- изучение устройства и работы приборов, аппаратов, другого оборудования, их испытание;
- экспериментальная проверка расчетов, формул.

Практическое занятие — это форма организации учебного процесса, направленная на выработку у студентов практических умений для изучения последующих дисциплин (модулей) и для решения

профессиональных задач. Практическое занятие должно проводиться в учебных кабинетах или специально оборудованных помещениях. Необходимыми структурными элементами практического занятия, помимо самостоятельной деятельности студентов, являются анализ и оценка выполненных работ и степени овладения студентами запланированными умениями. Дидактические цели практических занятий: формирование умений (аналитических, проектировочных, конструктивных), необходимых для изучения последующих дисциплин (модулей) и для будущей профессиональной деятельности.

Семинар - форма обучения, имеющая цель углубить и систематизировать изучение наиболее важных и типичных для будущей профессиональной деятельности обучаемых тем и разделов учебной дисциплины. Семинар - метод обучения анализу теоретических и практических проблем, это коллективный поиск путей решений специально созданных проблемных ситуаций. Для студентов главная задача состоит в том, чтобы усвоить содержание учебного материала темы, которая выносится на обсуждение, подготовиться к выступлению и дискуссии. Семинар - активный метод обучения, в применении которого должна преобладать продуктивная деятельность студентов. Он должен развивать и закреплять у студентов навыки самостоятельной работы, умения составлять планы теоретических докладов, их тезисы, готовить развернутые сообщения и выступать с ними перед аудиторией, участвовать в дискуссии и обсуждении.

В процессе подготовки к практическим занятиям, обучающимся необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой, рекомендованной преподавателем по каждой теме семинарского или практического занятия, что позволяет обучающимся проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.

Образовательные технологии. При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения. Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач, публичная презентация проекта и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенции	Зачтено			Не зачтено
	Высокий уровень (отлично) (86-100% баллов)	Средний уровень (хорошо) (71-85% баллов)	Низкий уровень (удовлетворите льно) (56-70% баллов)	Ниже порогового уровня (неудовлетворите льно) (до 55 % баллов)
УК-1 Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации	В полном объеме знает задачи и её базовые составляющие в соответствии с заданными	В целом знает анализировать задачу и её базовые составляющие в соответствии с заданными	Знает анализировать задачу и её базовые составляющие в	Не знает анализировать задачу и её базовые составляющие в соответствии

образовательной программы	требованиями;	требованиями;	соответствии с заданными требованиями;	с заданными требованиями;
	В полном объеме умеет осуществлять поиск информации, интерпретировать и ранжировать её для решения поставленной задачи по различным типам запросов;	В целом умеет осуществлять поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов;	Умеет осуществлять поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов;	Не умеет осуществлять поиск информации, интерпретирует и ранжирует её для решения поставленной задачи по различным типам запросов;
	В полном объеме владеет методами и средствами решения задач и анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи	В целом владеет методами и средствами решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи	Владеет методами и средствами решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи	Не владеет методами и средствами решения задачи и анализирует методологические проблемы, возникающие при решении задачи
ПК-1 Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся	В полном объеме выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине;	В целом знает выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине;	Знает выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине;	Не знает выстраивать индивидуальные образовательные маршруты по дисциплине;
	В полном объеме проводить анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель,	В целом умеет проводить анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом	Умеет проводить анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного,	Не умеет проводить анализ требований федеральных государственных образовательных стандартов Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего

	учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н; ;	Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н;	начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденны й приказом Министерств а труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н;	общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. № 544н
	В полном объеме владеет навыками реализации программ учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности	В целом владеет навыками реализации программы учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности	Владеет навыками реализации программы учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности	Не владеет навыками реализации программы учебных дисциплин и оценивает результаты собственной деятельности
ПК-2 Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся	В полном объеме частные методики физического воспитания на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;	В целом знает частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;	Знает частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;	Не знает частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры;
	В полном объеме умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;	В целом умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;	Умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов;	Не умеет использовать в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов

	В полном объеме владеет навыками осуществления отбора педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.	В целом владеет навыками осуществления отбора педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.	Владеет навыками осуществления отбора педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.	Не владеет навыками осуществления отбора педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры.
--	---	---	---	--

7.2. Перевод балльно-рейтинговых показателей оценки качества подготовки обучающихся в отметки традиционной системы оценивания.

Порядок функционирования внутренней системы оценки качества подготовки обучающихся и перевод балльно-рейтинговых показателей обучающихся в отметки традиционной системы оценивания проводится в соответствии с положением КЧГУ «Положение о балльно-рейтинговой системе оценки знаний обучающихся», размещенным на сайте Университета по адресу: <https://kchgu.ru/inye-lokalnye-akty/>

7.3. Типовые контрольные вопросы и задания, необходимые для оценивания сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.3.1. Перечень вопросов для зачета/экзамена

1. Перечень вопросов, выносимых на зачет для студентов 1 курса.
2. Зарождение и развитие единоборств в мире;
3. Зарождение и развитие единоборств в СССР и России;
4. Роль личностей в создании и развитии прикладных единоборств.
5. Средства и методы общей и специальной физической подготовки;
6. Средства и методы воспитания общей и специальной выносливости;
7. Средства и методы воспитания общей и специальной силы;
8. Средства и методы воспитания общей и специальной быстроты;
9. Средства и методы воспитания общей и специальной ловкости;
10. Средства и методы воспитания общей и специальной гибкости.
11. Система упражнений для общей и специальной физической подготовки;
12. Система упражнений для общей и специальной психологической подготовки;
13. Система вспомогательных упражнений;
14. Система основных упражнений.
15. Определение основных понятий техники прикладного единоборства - техника, прием, защита, контрприем, комбинация;
16. Основные закономерности выполнения техники приемов в единоборствах;
17. Принципы выведения противника из равновесия;
18. Сохранение равновесия при попытке выполнения приема противником.
19. Основы биомеханических закономерностей выполнения бросков;
20. Основы биомеханических закономерностей выполнения ударов;
21. Основы биомеханических закономерностей выполнения болевых приемов;
22. Определение ошибок при выполнении технических действий путем упрощенного биомеханического анализа движений единоборцев в процессе разучивания в тренировке и различных боевых ситуациях.
23. Определения углов устойчивости;
24. Особенности рычагов;
25. Последовательность обучения бросковой техники;
26. Последовательность обучения ударной техники;
27. Последовательность обучения техники болевых и удушающих приемов;
28. Причины и способы устранения ошибок, при изучении техники приемов;

30. Правила соревнований по спортивным единоборствам.
31. Гигиенические требования к занимающимся.
32. Определение понятий: «классификация», «систематика», «терминология».
33. Гигиенические требования к местам занятий.
34. Виды систем, требования к системам.
35. Определение понятий «упражнение» в служебно-прикладных единоборствах.

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1.1. Основная литература

1. Анкудинов, Н. В. Восстановление физической работоспособности квалифицированных борцов в годичном цикле подготовки : монография / Н. В. Анкудинов, А. Б. Петров. - Рязань : Академия ФСИН России, 2016. - 119 с. - ISBN 978-5-7743-0749-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1247170>
2. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кунарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина. Л. Н. Шелковой, М. В. Габова. — Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2019. - 372 с. - ISBN 978-5-8064-2668-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1173680>
3. Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/>
4. Морозов, О. В. Управление здоровьесберегающей деятельностью студентов высшего учебного заведения : монография / О. В. Морозов. - 2-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2021. - 162 с. - ISBN 978-5-9765-4661-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1839539>
5. Махов, С. Ю. Тактико-специальная подготовка в штурмовом бою : учебно-методическое пособие / С. Ю. Махов. - Орел : МАБИВ, 2020. - 88 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1497074>
6. Физическая культура и спорт. Прикладная физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие / сост. С. А. Дорошенко, Е. А. Дергач. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 56 с. - ISBN 978-5-7638-4027-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1816527>

8.1.2.Дополнительная литература

1. Морозов, О. В. Физическая культура и здоровый образ жизни : учебное пособие / О. В. Морозов, В. О. Морозов. - 4-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2020. - 214 с. - ISBN 978-5-9765-2443-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1149683>
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва : Спорт, 2021. - 520 с. - ISBN 978-5-907225-59-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/>
3. Галковский Н.М., Катулин А.З. Спортивная борьба. М.: ФиС, 1968. — 266 с.
4. Ю.А. Шахмурадов Вольная борьба /научно-методические основы многолетней подготовки борцов .М.:Высшая школа" 1999-378с.

9. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

9.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: <http://kchgu.ru>.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: <https://do.kchgu.ru>.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 238 от 23.04.2024 г. Электронный адрес: https://znaniium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 36 от 19.01.2024 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025г. до 11.02.2026г
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

9.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащённости аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащённости образовательного процесса по адресу: <https://kchgu.ru/sveden/objects/>

9.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная;
- Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная;
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная;
- CalculateLinux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная;
- Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная;
- Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.;
- Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025 г. Срок действия лицензии с 27.02.2025 г. по 07.03.2027 г.

9.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование» - <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>

3. Базы данных Scopus издательства Elsevier <http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

10. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «[Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ](#)», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

11. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения
Обновлен договор: 1. Договор № 332 ЭБС ООО «Знаниум» от 02.06.2025г. Действует до 11.06.2026г.		03.06.2026г. протокол № 8