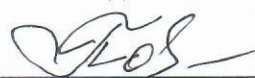


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
СЕВЕРО-ВОСТОЧНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ОСНОВ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

УТВЕРЖДАЮ

И. о. декана педагогического факультета


 О. В. Пастюк
«05» сентября 2017 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

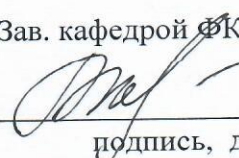
для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Б1.В.ДВ.13.1 Виды и способы самозащиты

Автор: Никитин А.В. ст. преподаватель кафедры ФКСиОМЗ

05.09.2017 
подпись, дата

Зав. кафедрой ФКС и ОМЗ Могучева А. В., к.п.н.

 05.09.2017
подпись, дата

г. Магадан, 2017 г.

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

№	Модули, разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1	История развития, классификация самбо.	ОПК-6; ПК-6	Выполнение программы Выполнение сверх программы
2	Основы методики обучения в самбо.	ОПК-6; ПК-6	Выполнение программы Выполнение сверх программы
3	Планирование и учет учебно-тренировочного процесса.	ОПК-6; ПК-6	Выполнение программы Выполнение сверх программы Вопросы к зачету

2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание уровня оценивания сформированности компетенции

Оценка уровня сформированности компетенций осуществляется на основании критериев модульно-рейтинговой системы в последнем семестре изучения дисциплины.

Уровни сформированности компетенции	Основные признаки уровня
Компетенции не сформированы	менее 50%
Пороговый уровень	50-65%
Повышенный уровень	65-85%
Высокий уровень	85-100%

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

А. Формы текущего контроля

3.1. Контрольные работы.

Не предусмотрены.

3.2. Лабораторные работы.

Не предусмотрены.

3.3. Образцы тестов (при их наличии).

Не предусмотрены.

3.4. Другие виды оценочных средств.

Примерный перечень тематики докладов по дисциплине:

1. Самозащита в системе массовой физкультурно-оздоровительной работы.
2. Особенности методики проведения тренировочных занятий. Разработка тестов педагогического контроля за уровнем подготовленности самбистов различной квалификации.
3. Скоростно-силовая подготовка самбистов.
4. Методика развития выносливости у самбистов.
5. Методика развития быстроты и координационных способностей у самбистов.
6. Планирование тренировочного процесса самбистов различной квалификации в годичном цикле подготовки.
7. Анализ соревновательной деятельности самбистов различных квалификационных групп.
8. Структура занятий по самозащите в I- IX классах общеобразовательной школы.
9. Методика обучения начинающих самбистов.
10. Воспитательная работа тренера по самбо.
11. Социально-психологический статус учащихся (студентов), занимающихся в спортивной секции.
12. Болевые точки человеческого тела.

Б. Формы промежуточного контроля

3.5. Вопросы к зачету по дисциплине.

1. Система «человек – машина»: структура.
2. Условия сохранения равновесия.
3. Правила использования момента инерции в поединке.
4. Волновая организация ударных движений.
5. Кинематические цепи: понятие и виды.
6. Особенности организации трехплоскостной работы и использование сложения скоростей.
7. Принцип «знака вопроса».
8. Двигательные и дистантные рефлексy, и их роль в поединке.
9. Степени свободы и их использование в самообороне.
10. Принципы динамики самозащиты (по А.А.Кадочникову).
11. Анатомо-физиологические основы боевых единоборств.
12. Основы педагогического мастерства преподавателя самозащиты (принципы).
13. Понятие и значение необходимой самообороны согласно уголовному праву.
14. Условия правомерности необходимой самообороны.
15. Основы преподавания самозащиты.
16. Способы оптимизации взаимоотношений с занимающимися.
17. Правила освобождения от сковывающих захватов.
18. Особенности освобождения от болевых захватов.
19. Правила защиты от ударов. Рикошет.
20. Принципы контратаки посредством дарных движений.
21. Принцип выбивания оружия.
22. Правила изъятия оружия.

23. Тактика « маятника».

24. Использование подручных средств для самозащиты.

Владеть приемами и навыками защитных действий по следующим разделам.

1. Защита от захватов рук. 2. Защита от захватов за горло. 3. Защита от захватов за ноги. 4. Защита от захватов за туловище. 5. Защита от ударов руками. 6. Защита от ударов ногами. 7. Защита от вооруженного нападения (холодное оружие).

8. Защита от угрозы огнестрельным оружием. 9. Самозащита в положении лежа.

3.6. Билеты по дисциплине.

Не предусмотрены.

3.7. Тесты (при их наличии).

Не предусмотрены.

3.8. Задания практического характера.

Не предусмотрены.

3.9. Другие ОС, предназначенные для проведения промежуточного контроля (портфолио и др.).

Не предусмотрены.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

«Зачтено» выставляется в случаях, когда студент свободно владеет материалом, отвечает на дополнительные вопросы, демонстрирует повышенный уровень сформированности необходимых компетенций.

«Не зачтено» выставляется в случаях, когда студент не владеет материалом, не раскрывает содержание поставленных вопросов, демонстрирует уровень сформированности компетенций ниже порогового.