

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ

Кафедра фізичного виховання і спорту

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВ

Дидактичне забезпечення самостійної роботи студентів

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка
спеціальність 017 Фізична культура і спорт
ОПП «Фізична культура і спорт»
Освітній рівень перший (бакалаврський)
Вид дисципліни вибіркова
Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробники: Єрмоленко О. В. викладач кафедри фізичного виховання і спорту

Розглянуто і схвалено на засідання кафедри фізичного виховання і спорту. Протокол № 21 від 30.08.2024 р.

Краматорськ-Тернопіль 2024 р.

Зміст самостійної роботи студента складається з таких видів:
4.3.1 Підготовка до виконання контрольної роботи.

- вивчити лекційний матеріал та підготуватися до написання ІНЗ.

4.3.2 Виконання домашніх завдань впродовж семестру.

- опрацювання окремих тем навчальної дисципліни згідно із навчально-тематичним планом.

№	Зміст	Кількість годин
1	Вступ до теорії та методики спортивних єдиноборств	8
2	Матеріальне забезпечення занять спортивними єдиноборствами	8
3	Техніка виконання кидків у боротьбі самбо	8
4	Основи навчання в спортивних єдиноборствах	8
5	Форми роботи з спортивних єдиноборств в школі	9
6	Організація та методика проведення тренувань з боротьби самбо. Облік успішності.	9
7	Організація і проведення змагань з боротьби самбо. Закономірності і принципи спортивного тренування	9
8	Види спортивної підготовки самбістів	9
9	Планування і керування процесом спортивної підготовки	9
	Разом годин, з них:	78

Рекомендована література

1. Абдулаєв О.К. Теорія та методика викладання вільної боротьби: навчально-методичний посібник / О.К. Абдулаєв, І.В. Ребар. - Вид. 2-е пероб. - ФОП Однорог Т.В., 2018. - 299 с.
2. Алексеев А. Ф. Теорія та методика спортивної боротьби. / О.Ф. Алексеев, В. Г. Єзан; Харків. держ. акад. фіз. культ. - Х.: ХДАФК, 2010. - 146 с.
3. Близнюк С. Шлях кіокушин карате в Україні / Станіслав Близнюк. – Київ: Український пріоритет, 2012. – 430 с.
4. Богдан І.Г. Спортивна боротьба у школі. Посібник дня вчителя/І.Г.Богдан, М.С. Дубовис. - К.: "Радянська школа", 1990. - 180 с.
5. Бойков В.Ф., Данько Г.В. Фізична підготовка борців. Навчальний посібник - К.: Олімпійська література. - 2004. -224 с.
6. Булатова М. М. Боротьба. Енциклопедія у запитаннях та відповідях
7. /М. М. Булатова; НОК України. – Київ: Олімпійська література, 2017. – 576 с.
8. Дахновський В.С., Лещенко С.С. Підготовка борців до високого класу. - К.: Здоров'я, 1989. - 192 с.
9. Литвиненко О. М. Кікбоксинг ВТКА: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл /О. М. Литвиненко, Д. С. Олійник; ММСУ, Республіканський НМК; ВГО "Українська спортивна аматорська асоціація ВТКА з традиційного карате, кікбоксингу та всіх стилів". - Харків: Компанія СМІТ, 2016. - 86 с.
10. Осипенко Г.А. Основи біохімії м'язової діяльності. Навчальний посібник. – К.: Олімпійська література, 2007. – 200 с.

11. Руденко М.М. Методика викладання дзюдо у закладах загального середнього освіти: Методичний посібник / М.М. Руденко, М.А. Кошляк, С.В. Дуброва, Г.А. Коломоєць, В.В. Дерев'яно. – Київ-Чернівці: «Букрек», 2020. – 380 с.
12. Спиридонов Є. А. Спортивно-прикладні види єдиноборств, що використовують ударну та борцівську техніку: навчальний посібник / Є. А. Спиридонов; Міністерство науки та освіти Республіки Казахстан, Казахська академія спорту та туризму. - Алмати: [б. в.], 2007. - 168 с.

Електронні ресурси з дисципліни

1. Національна федерація самбо України, правила змагань. http://sambo.net.ua/?code=29_2&id=1
2. Правила проведення змагань
http://www.svatove-dyussh.lg.sch.in.ua/viddilennya_dyussh/sambodzyudo/pravila_zmaganj_sambo/?pvi=no