

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Петрушенко С. А.

«___» _____ 2025г.

**Рабочая программа дисциплины
Единоборства**

Специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения очная

Часов по учебному плану 64

в том числе:

аудиторные занятия 60

самостоятельная работа 0

Таганрог
2025 г.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Неделя	9 4/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	30	30	30	30
Практические	30	30	30	30
Итого ауд.	60	60	60	60
Контактная работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	64	64	64	64

ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

Рабочая программа составлена по образовательной программе
направление 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.01.2025 протокол № 6

Программу составил(и): Доц., Наумов Сергей Борисович

Заведующий кафедрой: Кибенко Е.И.

Рассмотрено на заседании кафедры от 06.02.2025 протокол № 7

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Целью обучения дисциплине «Единоборства» в организациях среднего профессионального образования является формирование у обучающихся систематизированных знаний в области теории и методики различных видов единоборств, умений и навыков планирования, разработки и применения основных и дополнительных образовательных программ для эффективного построения учебного процесса и спортивной тренировки по различным видам единоборств в том числе и с использованием информационных технологий, проведения физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых мероприятий по единоборствам.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:		ОП.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Основы педагогики	
2.1.2	История России	
2.1.3	Иностранный язык в профессиональной деятельности	
2.1.4	Безопасность жизнедеятельности	
2.1.5	Основы финансовой грамотности	
2.1.6	Основы психологии	
2.1.7	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	
2.1.8	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	
2.1.9	Математические методы решения профессиональных задач	
2.1.10	Анатомия и физиология человека	
2.1.11	Основы биомеханики	
2.1.12	Теория и история физической культуры и спорта	
2.1.13	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы	
2.1.14	Организация спортивно-массовых мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	
2.1.15	Учебная практика. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	
2.1.16	Учебная практика. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	
2.1.17	Производственная практика. Летняя практика	
2.1.18	Производственная практика. Организация физкультурной и спортивной деятельности в спортивных школах	
2.1.19	Методика обучения предмету «Физическая культура»	
2.1.20	Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре	
2.1.21	Гимнастика	
2.1.22	Спортивные игры	
2.1.23	Подвижные игры	
2.1.24	Легкая атлетика	
2.1.25	Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта	
2.1.26	Экзамен по модулю "Модуль 2. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности"	
2.1.27	История олимпийского движения	
2.1.28	Русский язык	
2.1.29	Литература	
2.1.30	Математика	
2.1.31	Иностранный язык	
2.1.32	Информатика	
2.1.33	Физика	
2.1.34	Химия	
2.1.35	Биология	
2.1.36	История	
2.1.37	Обществознание	
2.1.38	География	
2.1.39	Физическая культура	
2.1.40	Основы безопасности и защиты Родины	

2.1.41	Основы проектной деятельности
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Шахматы
2.2.2	Туризм
2.2.3	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности
2.2.4	Лечебная физическая культура и массаж
2.2.5	Демонстрационный экзамен
2.2.6	Производственная практика (преддипломная)
2.2.7	Психология физической культуры и спорта
2.2.8	Защита дипломной работы
2.2.9	Защита дипломной работы

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Знать

- ☐ средства и методы физического воспитания
- ☐ возрастные особенности роста и развития обучающихся
- ☐ способы работы с информационными источниками для решения задач профессиональной деятельности
- ☐ структуру и содержание учебных занятий по единоборствам
- ☐ разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий единоборствами, особенности их эксплуатации
- ☐ основы построения процесса спортивной тренировки и правила соревнований по единоборствам
- ☐ нормативные требования по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
- ☐ характеристику различных видов единоборств как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта
- ☐ средства и методы развития физических качеств в единоборствах
- ☐ содержание, формы организации и методику проведения занятий по единоборствам в школе
- ☐ основы построения процесса спортивной тренировки
- ☐ основы планирования учебно-тренировочного процесса по единоборствам
- ☐ основные отличия различных видов единоборств
- ☐ основы планирования физкультурно-спортивной работы
- ☐ основные требования к организации спортивно-массовой работы

3.2 Уметь

- ☐ применять средства и методы физического воспитания согласно возрастным особенностям обучающихся
- ☐ применять современные технологии в практической деятельности
- ☐ использовать оборудование и инвентарь для занятий единоборствами в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации
- ☐ применять нормативные требования по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса на учебных занятиях
- ☐ организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия с использованием различных видов единоборств
- ☐ применять различные средства и методы развития физических качеств в единоборствах
- ☐ осуществлять выбор средств, методов и форм обучения для проведения занятий по единоборствам в школе
- ☐ организовывать и проводить занятия и спортивные соревнования по единоборствам
- ☐ проводить учебные занятия согласно планированию учебно-тренировочного процесса по единоборствам
- ☐ определять содержание, формы организации и методику проведения занятий по единоборствам в школе с учетом российских духовно-нравственных ценностей
- ☐ планировать, проводить и анализировать занятия по единоборствам
- ☐ разрабатывать основные документы для организации и проведения спортивно-массовых мероприятий и

3.3 Владеть

- ☐ навыками применения средств и методов физического воспитания согласно возрастным особенностям обучающихся
- ☐ навыками использования современных технологий в практической деятельности
- ☐ навыками использования оборудования и инвентаря для занятий единоборствами в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации
- ☐ навыками применения нормативных требований по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
- ☐ навыками организации, проведения физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых мероприятий и спортивных соревнований с использованием различных видов единоборств
- ☐ навыками применения различных средств и методов развития физических качеств в единоборствах
- ☐ навыками выбора средств, методов и форм обучения для проведения занятий по единоборствам в школе
- ☐ навыками проведения занятий по единоборствам в школе с учетом российских духовно-нравственных ценностей
- ☐ навыками планирования, организации проведения и анализа занятия по единоборствам с учетом требований основных и дополнительных программ по различным видам единоборств

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Теоретические основы единоборств					
1.1	Введение. Цели и задачи дисциплины, актуальность и практическое значение для формирования разносторонней компетентности специалиста в процессе профессиональной подготовки. История возникновения и развития единоборств /Лек/	7	2	ОК 06.	Л1.1Л2.1 Л2.2	
1.2	Игры народов мира. Особенности видов спортивной борьбы. История развития отдельных видов единоборств в России. /Пр/	7	2	ОК 06.	Л1.1Л2.1	
1.3	Основные и дополнительные образовательные программы по отдельным видам единоборств. Основные требования при разработке образовательных программ по отдельным видам единоборств, в том числе с использованием ИКТ /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ПК 2.1.	Л1.1Л2.1	
1.4	Разработка основной и дополнительной программ по единоборствам в соответствие с нормативными актами. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ПК 2.1.	Л1.1Л2.1	
1.5	Планирование. Виды планирования. Основные требования к планированию учебного материала по спортивным единоборствам. /Лек/	7	2	ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
1.6	Технология планирования процесса спортивной подготовки. Перспективное, текущее, оперативное планирование. Документы планирования. /Пр/	7	2	ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
1.7	Планирование учебного материала по спортивным видам единоборств на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности /Лек/	7	2	ОК 01. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5.	Л1.1Л2.1	

1.8	Планирование использования элементов единоборств на уроках физической культуры в зависимости от раздела программы, основных задач, возраста учеников, места проведения. Анализ содержания материала программ по физической культуре для детей младшего, среднего и старшего школьного возраста /Пр/	7	2	ОК 01. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
1.9	Единоборства в системе физического воспитания. Решение задач общего физического развития и разносторонне совершенствующихся двигательных способностей человека посредством единоборств /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 08. ПК 1.1. ПК 3.1. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
1.10	Техника безопасности при занятиях единоборствами и требования к занимающимся, личной гигиене, гигиене мест занятий, предупреждение травм. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 08. ПК 1.1. ПК 3.1. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
	Раздел 2. Раздел 2. Основы методики обучения и тренировки					
2.1	Общая физическая подготовка в спортивных единоборствах /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.5. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.2	Виды подготовки: физическая, техническая, тактическая, психологическая. Упражнения, направленные на развитие общих физических качеств. Задачи и методы силовой, скоростной, скоростно-силовой подготовки. Развитие гибкости, ловкости, выносливости. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.5. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
2.3	Специальная физическая подготовка в спортивных единоборствах. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.5. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
2.4	Упражнения, направленные на развитие специальных физических качеств. Подготовительные упражнения. Методы оценки для определения развития физических качеств. /Пр/	7	2	ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.5. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.5	Основы методики обучения техническим действиям в единоборствах. Методы и методические приемы при обучении элементам единоборств. Основы методики обучения и тренировки в единоборствах /Лек/	7	2	ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.5. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.6	Специальные упражнения борца. Акробатические упражнения. Упражнения для укрепления мышц шеи. Упражнения на мосту. Упражнения в самообороне. Парные упражнения. Упражнения на расслабление. /Пр/	7	2	ОК 08. ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	

2.7	Применение игрового и соревновательного метода на учебно-тренировочных занятиях /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
2.8	Игры с элементами единоборства и простейшие формы борьбы. Игры в касание и теснения. Игры в блокирующие и атакующие захваты. Игры с борьбой за выгодное положение. Игры в отталкивание на сохранение равновесия. Простейшие формы борьбы. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ПК 1.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3.	Л1.1Л2.1	
2.9	Техника борьбы в партере, техника бросков в стойке. Комбинация бросков в стойке. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 04. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.10	Переворот рычагом, захватом шеи из-под плеча и дальней руки сбоку, через голову захватом шеи сверху и туловища снизу, захватом разноименной руки спереди-снизу (обратный ключ), захватом туловища снизу, захватом плеча сверху и дальней руки снизу, захватом рук сбоку. Передняя, боковая подножка. Броски через бедро, плечо, через плечи. Задняя подножка – подхват под две ноги. Задняя подножка – бросок через спину. Бросок через спину – задняя подножка. Передняя подножка – бросок через спину с колен. «Мельница» – бросок через спину. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.11	Тактика отдельных видов единоборств. Основные понятия: «стратегия», «тактика». Значение тактики, её взаимосвязь с техникой. Разделы тактики: тактика проведения приёмов, тактика ведения поединка, тактика участия в соревнованиях. Целенаправленное применение дидактических принципов. Комплексное и избирательное применение дидактических принципов в процессе обучения. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 08. ПК 1.2. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.12	Предмет обучения. Задачи обучения. Последовательность обучения. Учет положительного и отрицательного переноса навыков при обучении. Критерии определения ошибок, методы предупреждения и устранения ошибок. Особенности организации занятий в зависимости от задач обучения, возраста и уровня подготовки занимающихся. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	

2.13	Тактика отдельных видов единоборств. Приёмы страховки и само страховки (падения перекаты кувьрки). Упражнения в парах, на растяжку. Акробатические упражнения. Силовые упражнения в парах. Соблюдение требований безопасности. /Лек/	7	2	ОК 01. ПК 1.2. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.14	Тактика отдельных видов единоборств. Подобрать комплексы упражнений для обучения приёмам страховки и само страховки (падения перекаты кувьрки) упражнения в парах, на растяжку. Акробатические упражнения. Силовые упражнения в парах. /Пр/	7	2	ОК 08. ПК 1.2. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.15	Тактика отдельных видов единоборств. Значение тактики в подготовке спортсменов-единоборцев и её взаимосвязь с техникой, физической и психической подготовкой. Болевые приемы и удушения. Правила применения. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 08. ПК 1.1. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.16	Тактика отдельных видов единоборств. Средства тактики. Уходы с линии атаки, Атака возвратным движением по кругу. Стойки перемещения. Приёмы борьбы лежа. Учебные схватки. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 08. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.17	Организация и проведение соревнований в единоборствах. Организация проводящая соревнования. Спортивная база проведения соревнований. Участники соревнований. Организационный комитет по подготовке и проведению соревнований. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 2.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.18	Правила соревнований по видам единоборств. Календарный план соревнований. Положение о соревнованиях. Состав, права и обязанности судейской коллегии. Проведение мандатной комиссии. Основные процедуры работы судейской коллегии. Источники финансирования подготовки и проведения соревнований. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 2.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.19	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с элементами единоборств. /Лек/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 2.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
2.20	Подготовка и организация проведению физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с элементами единоборств. Составление программы, положения, сценария мероприятия. /Пр/	7	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 06. ОК 08. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 2.1. ПК 3.5.	Л1.1Л2.1	
Раздел 3. Контроль						
3.1	зачет /Зачёт/	7	4		Л1.1Л2.1	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вопросы к зачету по дисциплине:

Вопросы к зачету

1. Цель задачи и содержание предмета «Единоборства народов мира» в образовательной школе
2. Виды единоборств.
3. Формирование морально-волевых и духовно-нравственных качеств в процессе занятий единоборствами.
4. Значение и место различных видов единоборств в системе образования.
5. Особенности организации и проведения учебных занятий по единоборству.
6. Особенности проведения и организации учебно-тренировочного процесса по единоборству.
7. Особенности проведения соревнований (борьба, бокс, рукопашный бой).
8. Специальные физические упражнения.
9. Общеразвивающие физические упражнения.
10. Значение разминки в единоборствах.
11. Специальные упражнения для развития ловкости.
12. Специальные упражнения для развития силы.
13. Специальные упражнения для развития быстроты.
14. Упражнения в преодолении сопротивления.
15. Упражнение с дозируемым сопротивлением.
16. Простейшие виды борьбы.
17. Значение страховки и самостраховки в единоборствах.
18. Место для занятий борьбой, боксом, рукопашным боем и т.д. Инвентарь.
19. Диагностика физического, двигательного развития детей школьного возраста.
20. Планирование физкультурно-спортивной работы по физическому воспитанию в МОУ СОШ.
21. Методика обучения приемам борьбы.
22. Принципы обучения различных видов единоборств.
23. Что такое болевые приемы и удушения?
24. Документация, учет для занятий различными видами единоборств.
25. Профилактика травматизма на занятиях.
26. Оказание первой помощи при травмах на занятиях по единоборствам.
27. Боевые искусства востока.
28. Единоборства народов России.
29. Единоборство народов Азии.
30. Единоборство народов Океании и Америки.
31. Европейские виды единоборств.
32. История возникновения единоборств в мире.
33. Контроль и самоконтроль на занятиях по единоборствам.
34. Законодательные акты в сфере образования.
35. Современные методики и технологии реализации образовательной деятельности в рамках основной общеобразовательной программы.
36. Реализация учебных программ с учетом возрастных особенностей.
37. Использование современных методов и технологий реализации программы учебной дисциплины в организациях основного общего образования.
38. Методы обучения, образовательные технологии и образовательные потребности различных возрастных и социальных групп обучающихся.
39. Планирование и реализация саморазвития в профессиональной деятельности.
40. Новые виды единоборств как эффективные и современные средства физического воспитания подрастающего поколения.
41. Единоборства: классификация, история развития.
42. Федерации по видам единоборств. Их задачи, структура.
43. Организация работы Международной Федерации по единоборствам.
44. Значение единоборств как эффективного средства физического воспитания и как вида спорта.
45. Единоборства: дидактические принципы обучения.
46. Формирование двигательных навыков у занимающихся единоборствами.
47. Принципы построения учебного процесса в единоборствах.
48. Методы обучения избранному виду единоборств.
49. Характеристика методических приемов управления учебным процессом на занятиях по различным видам единоборств.
50. Требования к месту проведения соревнований по единоборствам. Правила и организация соревнований по различным видам единоборств.
51. Методические приемы, используемые при обучении технике единоборств.
52. Структура обучения в единоборствах.
53. Схема взаимодействия преподавателя с занимающимися при обучении приемам.
54. Последовательность обучению одному техническому действию.

55.	Техника выполнения упражнений, физические качества занимающихся, методика обучения.
56.	Физическая подготовка школьников средствами единоборств.
57.	Развитие скоростных способностей у учащихся средствами единоборств.
58.	Развитие силовых способностей у школьников средствами единоборств.
59.	Развитие скоростно-силовых способностей у школьников средствами единоборств.
60.	Развитие координационных способностей у учащихся средствами единоборств.
61.	Развитие гибкости у детей средствами единоборств.
62.	Развитие специальной выносливости у учащихся средствами единоборств.
63.	Методы исследований, применяемые в единоборствах.
64.	Методы контроля за функциональным состоянием организма в процессе занятий новыми видами единоборств.
65.	Методы контроля за уровнем физической подготовленности занимающихся единоборствами.
66.	Оздоровительное влияние на организм новых видов единоборств.
67.	Методы педагогического и врачебного контроля на занятиях единоборствами.

5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Хало, П. В., Наумов, С. Б.	Единоборства народов мира: учебное пособие	Таганрог: Изд. Ступин С.А., 2019

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Кудрявцев М. Д., Кузьмин В. А., Гаськов А. В., Сергеев С. А., Заколотная Е. Е.	Современные психолого-педагогические аспекты и технологии тренировочно-соревновательной деятельности в спортивных единоборствах: монография	Красноярск: Сибирский федеральный университет (СФУ), 2017
Л2.2	Гарник, В. С.	Боевые искусства и единоборства в психофизической подготовке студентов: учебное пособие	Москва: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012

6.3. Перечень программного обеспечения

6.3.1	Гарант (учебная версия)
6.3.2	OpenOffice

6.4 Перечень информационных справочных систем

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.
7.2	Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.