



*Частное профессиональное образовательное учреждение*  
**«АНАПСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»**  
*(ЧПОУ «Анапский индустриальный техникум»)*

УТВЕРЖДАЮ

Директор техникума

Е.Ю.Пономарева

«31 » августа

2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.ВЧ.18 «Боевая и физическая подготовка»**

для специальности

40.02.02 «Правоохранительная деятельность»

АНАПА  
2023

РАССМОТРЕНО  
ПЦК правовых дисциплин  
«31» августа 2023 г. протокол № 1  
Председатель

/Савенко С.Н./

подпись

расшифровка

Рассмотрена  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности 40.02.02. «Правоохранительная деятельность», Приказ № 509 от 12.05.2014 Министерства образования и науки РФ, зарегистрирован в Министерстве Юстиции РФ, Приказ № 33737 от 21.08.2014 укрупненная группа 40.00.00 Юриспруденция

Организация-разработчик ЧПОУ «Анапский индустриальный техникум»

Разработчик: Скрипников Д.В.  
преподаватель ЧПОУ «Анапский  
индустриальный техникум»

подпись

Рецензент: Калачников И.М.  
заместитель заведующего кафедрой  
«Юриспруденции»

должность, квалификация по диплому

подпись

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БОЕВАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БОЕВАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА»**

## **1.1. Область применения программы.**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.02 «Правоохранительная деятельность».

## **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.**

Учебная дисциплина «Боевая и физическая подготовка» относится к вариативной части профессионального цикла основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина «Боевая и физическая подготовка» в сочетании с другими предметами учебного плана призвана содействовать успешной подготовке юристов.

В процессе обучения дисциплине «Боевая и физическая подготовка» преподаватель опирается на знания программы «Физическая культура», «Психология», нормативно-законодательную базу Российской Федерации.

Студенты должны знать способы сохранения и поддержания физического здоровья, основы боевой борьбы. Успешность освоения студентами данной дисциплины во многом определяется уровнем сформированности у них следующих физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, физической силы и пр.

## **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины.**

Целью изучения дисциплины является формирование физической и психологической готовности к успешному выполнению оперативно-служебных задач, умелому применению физической силы, боевых приемов борьбы и специальных средств при пресечении различных противоправных

действий, а также обеспечение высокой работоспособности сотрудников в процессе служебной деятельности.

**Задачами изучения дисциплины являются:**

- развитие профессионально важных физических качеств;
- обучение прикладным навыкам в преодолении препятствий и выполнении боевых приемов борьбы;
- формирование необходимых интеллектуальных и профессиональных психологических качеств личности (смелость, решительность, самодисциплина, настойчивость, бдительность и другие);
- подготовка к действиям, связанным с использованием специальных средств, табельного оружия, боевых приемов борьбы;
- подготовка к преследованию правонарушителей и длительному ускоренному передвижению;
- овладение системой практических умений и навыков самозащиты и личной безопасности в экстремальных ситуациях.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:**

- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления профессиональной подготовки;
- применять полученные знания о средствах самообороны, умения и навыки в будущей профессиональной деятельности в правоохранительных органах.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:**

- о роли физической подготовки в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;
- о боевых приемах, знание которых и умение их применять является основой профессионализма.

**1.4. Освоение учебной дисциплины способствует формированию следующих компетенций.**

<b>Код</b>	<b>Наименование компетенции</b>
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Понимать и анализировать вопросы ценностно-мотивационной сферы.
ОК 3.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 4.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях, в том числе ситуациях риска, и нести за них ответственность.
ОК 5.	Проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных ситуациях, предупреждать и разрешать конфликты в процессе профессиональной деятельности.
ОК 6.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 7.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 8.	Правильно строить отношения с коллегами, с различными категориями граждан, в том числе с представителями различных национальностей и конфессий.
ОК 9.	Устанавливать психологический контакт с окружающими.
ОК10.	Адаптироваться к меняющимся условиям профессиональной деятельности.
ОК 11.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 12.	Выполнять профессиональные задачи в соответствии с нормами морали, профессиональной этики и служебного этикета.
ОК 13.	Проявлять нетерпимость к коррупционному поведению, уважительно относиться к праву и закону.
ОК 14.	Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимый для социальной и профессиональной деятельности.
ПК 1.4.	Обеспечивать законность и правопорядок, безопасность личности, общества и государства, охранять общественный порядок.
ПК 1.5.	Осуществлять оперативно-служебные мероприятия в соответствии с профилем подготовки.
ПК 1.6.	Применять меры административного пресечения правонарушений, включая применение физической силы и специальных средств.

**1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины.**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 150 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 100 часов; самостоятельной работы обучающегося 50 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>150</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>100</b>
в том числе:	
лекционные занятия	16
практические занятия	84
курсовая работа (проект) не предусмотрено	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>50</b>
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета в 4 семестре	



## 2.2. Календарно-тематический план и содержание учебной дисциплины «Боевая и физическая подготовка».

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа студента	Объем часов
1	2	3
	<b>3 СЕМЕСТР</b>	
<b>Раздел 1. Правомерность и соразмерность применения приемов самообороны.</b>		
Раздел 1. Правомерность и соразмерность применения приемов самообороны.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Дисциплина «Боевая и физическая подготовка» в системе среднего профессионального образования.</b> Физическая культура личности человека, физическое развитие, физическое воспитание, физическая подготовка и боевые приемы, самовоспитание.	2
	<b>Сущность и ценности физической культуры.</b>	2
	<b>Влияние занятий физическими упражнениями на достижение человеком жизненного успеха.</b>	2
	<b>Социально-биологические основы физической культуры.</b> Характеристика изменений, происходящих в организме человека под воздействием выполнения физических упражнений, в процессе регулярных занятий. Эффекты физических упражнений. Нагрузка и отдых в процессе выполнения упражнений. Характеристика некоторых состояний организма: разминка, вработывание, утомление, восстановление.	2
	<b>Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, умственную и физическую работоспособность, адаптационные возможности человека, владение боевыми приемами.</b> Знание нормативно-правовой основы применения Федерального закона от 14.03.2002 г № 29-ФЗ. Гл. 8. «Обстоятельства, исключающие преступность деяния» в части Ст. 37 «Необходимая самооборона».	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Изучение учебных материалов.	2
<b>Самостоятельная работа.</b> Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.	2	
<b>Раздел 2. Общеразвивающие, подготовительные и специальные упражнения.</b>		
Раздел 2. Общеразвивающие, подготовительные и специальные	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №1.</b> Разминочные упражнения для верхнего плечевого пояса, рук, спины, ног. Упражнения для развития силы, ловкости, выносливости, координации.	2

упражнения.	<b>Практическое занятие №2.</b> Специально-подготовительные упражнения: самостраховка при падении, боевая стойка и передвижение в ней, имитация ударов руками и ногами и защита от них.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Изучение учебных материалов.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.	2
<b>Раздел 3. Удары руками, ногами, защита от ударов.</b>		
Раздел 3. Удары руками, ногами, защита от ударов.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №3.</b> Изучение прямых ударов кулаком в голову (левой и правой рукой). Защита-блок разноименной рукой снаружи вовнутрь на месте и с уходом от ударов.	2
	<b>Практическое занятие №4.</b> Изучение бокового удара кулаком: в голову, живот. Защита-блок разноименной рукой изнутри наружу на месте и уходом от удара.	2
	<b>Практическое занятие №5.</b> Изучение ударов кулаком снизу в живот. Защита разноименной рукой сверху вниз на месте и с уходом от удара.	2
	<b>Практическое занятие №6.</b> Изучение ударов рукой сверху в голову. Защита разноименной рукой снизу вверх на месте и с уходом от ударов.	2
	<b>Практическое занятие №7.</b> Изучение ударов наотмашь рукой в голову. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов.	2
	<b>Практическое занятие №8.</b> Изучение удара основанием ладони снизу в подбородок. Прямой удар основанием ладони.	2
	<b>Практическое занятие №9.</b> Изучение прямого удара ногой в пах. Защита двумя руками на месте и с уходом от ударов.	2
	<b>Практическое занятие №10.</b> Изучение бокового удара ногой. Защита отбивом внутрь поднятым или опущенным предплечьем.	2
	<b>Практическое занятие №11.</b> Изучение удара пяткой (подошвенной частью стопы) назад. Защита уходом назад, в сторону или отбивом внутрь поднятым или опущенным предплечьем.	2
	<b>Практическое занятие №12.</b> Изучение удара коленями.	2

	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
<b>Раздел 4. Броски.</b>		
Раздел 4. Броски.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №13.</b> Изучение броска задняя подножка.	2
	<b>Практическое занятие №14.</b> Изучение броска передняя подножка.	2
	<b>Практическое занятие №15.</b> Изучение броска с захватом двух ног сзади.	2
	<b>Практическое занятие №16.</b> Изучение броска через плечо.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
<b>Раздел 5. Основные болевые приемы.</b>		
Раздел 5. Основные болевые приемы.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №17.</b> Изучение загиба руки за спину при подходе сзади.	2
	<b>Практическое занятие №18.</b> Изучение загиба руки за спину «рывком». Загиб руки за спину «замком».	2
	<b>Практическое занятие №19.</b> Изучение загиба руки за спину «нырком».	2
	<b>Практическое занятие №20.</b> Изучение рычага кисти через предплечье.	2
	<b>Практическое занятие №21.</b>	2

	Изучение рычага руки вовнутрь с последующим загибом руки за спину.	
	<b>Практическое занятие №22.</b> Изучение рычага руки наружу, рычага руки вовнутрь.	2
	<b>Практическое занятие №23.</b> Изучение рычага руки наружу с последующим загибом руки за спину. Дожим кисти.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
	<b>Итого: 84 часа = 28 часов СРС + 56 часов аудиторных (10 часов лекций + 46 часов практических)</b>	
	<b>4 СЕМЕСТР</b>	
	<b>Раздел 6. Психологическая подготовка.</b>	
Раздел 6. Психологическая подготовка.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Психические и физические качества и способности человека и основы методики их воспитания.</b>	2
	<b>Средства, методы, принципы воспитания быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей.</b> Взаимосвязь в развитии психических и физических качеств и возможности направленного воспитания отдельных качеств. Особенности психофизической и функциональной подготовленности.	2
	<b>Возрастная динамика развития психических и физических качеств и способностей.</b>	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Изучение учебных материалов.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Изучение учебных материалов.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Соблюдение оптимальных режимов суточной двигательной активности на основе выполнения физических упражнений.	2
	<b>Раздел 7. Освобождение от захватов и обхватов.</b>	
Раздел 7. Освобождение от захватов и обхватов.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №24.</b> Изучение освобождения от захватов спереди двумя руками за одну руку сверху с переходом на задержание и сопровождение.	2
	<b>Практическое занятие №25.</b>	2

	Освобождение от захвата спереди кистей рук сверху. Освобождение от захвата спереди кистей рук снизу.	
	<b>Практическое занятие №26.</b> Изучение освобождения от обхвата спереди за корпус с руками. Освобождение от захвата спереди за шею двумя прямыми руками.	2
	<b>Практическое занятие №27.</b> Освобождение от захвата спереди за корпус без рук.	2
	<b>Практическое занятие №28.</b> Изучение освобождения от захвата сзади за корпус без рук и с руками.	2
	<b>Практическое занятие №29.</b> Изучение освобождения от захвата сзади за шею двумя прямыми руками.	2
	<b>Практическое занятие №30.</b> Изучение освобождения от захвата за одежду, за волосы (спереди, сзади).	2
	<b>Практическое занятие №31.</b> Изучение освобождения от захвата ног (спереди, сзади). Изучение освобождения от удушающих захватов спереди, сзади, с боку.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
	<b>Раздел 8. Защита от нападения с холодным оружием и обезоруживание.</b>	
Раздел 8. Защита от нападения с холодным оружием и обезоруживание.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №32.</b> Изучение защиты от удара ножа тычком в грудь или живот, обезоруживание.	2
	<b>Практическое занятие №33.</b> Изучение защиты от удара ножа сверху в голову, обезоруживание.	2
	<b>Практическое занятие №34.</b> Изучение защиты от удара ножа сбоку в шею, обезоруживание.	2
	<b>Практическое занятие №35.</b> Изучение защиты от удара ножа сбоку в живот, обезоруживание.	2
	<b>Практическое занятие №36.</b>	2

	Изучение защиты от удара ножа снизу в живот, обезоруживание. Изучение защиты от удара ножа наотмашь, обезоруживание.	
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение комбинаций двигательных действий.	2
<b>Раздел 9. Защита от угрозы огнестрельным оружием и обезоруживание.</b>		
Раздел 9. Защита от угрозы огнестрельным оружием и обезоруживание.	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие №37.</b> Изучение обезоруживания при угрозе пистолетом в спину в упор. Изучение обезоруживания при угрозе пистолетом в упор в живот.	2
	<b>Практическое занятие №38.</b> Изучение предотвращения попытки завладения пистолетом спереди.	2
	<b>Практическое занятие №39.</b> Изучение предотвращения попытки завладения пистолетом сзади.	2
	<b>Практическое занятие №40.</b> Изучение обезоруживания при угрозе ПМ – выбиванием.	2
	<b>Практическое занятие №41.</b> Изучение обезоруживания при угрозе ПМ – болевым на палец.	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Выполнение изучаемых двигательных действий.	2
	<b>Практическое занятие №42.</b> <b>Дифференцированный зачет.</b>	2
<b>Итого: 66 часов = 22 часа СРС + 44 часов аудиторных (6 часов лекций + 38 часов практических)</b>		
<b>Всего: 150 часов = 50 часов СРС + 100 часов аудиторных (16 часов лекций + 84 часа практических)</b>		

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.**

Реализация учебной дисциплины требует наличия универсального спортивного зала или тренажёрного зала, открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий; оборудованных раздевалок с душевыми кабинами.

Спортивное оборудование: штанги с комплектом различных отягощений, бодибары, гимнастическая перекладина, шведская стенка, секундомеры, боксерские лапы и макевары.

Татами или маты для проведения занятий борьбой (самбо), рукопашным боем, макеты холодного и огнестрельного оружия, палка резиновая, наручники.

Технические средства обучения:

- компьютер, мультимедийный проектор, экран для обеспечения возможности демонстрации комплексов упражнений;
- электронные носители с записями комплексов упражнений для демонстрации на экране.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

**Основные источники:**

1. Решетникова Н.В., Кислицын Ю.Л., Палтиевич Р.Л., Богадаев Г.И. Физическая культура Академия, 2000.

**Дополнительные источники:**

1. Левицкий А.Г., Шестаков В.Б. Самозащита. Программный материал для практических внеклассных занятий в образовательных учреждениях и подростковых клубах. – СПб, 2014. – 48 с.

**Интернет-ресурсы:**

1. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://sport.minstm.gov.ru>
2. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.mosSPORT.ru>

### **3.3. Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с



учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся <b>должен уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления профессиональной подготовки;</li> <li>- применять полученные знания о средствах самообороны, умения и навыки в будущей профессиональной деятельности в правоохранительных органах.</li> </ul>	<p>Методы оценки результатов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка;</li> <li>– традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка;</li> <li>– тестирование в контрольных точках.</li> </ul> <p>Оценка техники выполнения упражнений на тренажёрах, комплексов с отягощениями, с самоотягощениями.</p> <p>На входе – начало учебного года, семестра. На выходе – в конце учебного года, семестра, изучения темы программы. Тесты разрабатываются применительно к укрупнённой группе специальностей/профессий.</p> <p>Для оценки достигнутого уровня физической подготовки и владения боевыми приемами проводится оценка техники изученных двигательных действий отдельно по видам подготовки.</p> <p>Проводится оценка уровня развития выносливости силовых способностей по приросту к исходным показателям.</p>
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся <b>должен знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о роли физической подготовки в общекультурном, социальном и физическом развитии человека;</li> <li>- о боевых приемах, знание которых и умение их применять является основой профессионализма.</li> </ul>	<p>Формы контроля обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические задания по работе с информацией</li> <li>- домашние задания проблемного характера</li> <li>- ведение календаря самонаблюдения.</li> </ul> <p>Оценка подготовленных студентом фрагментов занятий (занятий) с обоснованием целесообразности использования средств самообороны, физической культуры, режимов нагрузки и отдыха.</p>