

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета прикладной биотехнологии и
инженерии

В.Г. Коротков

(подпись, расшифровка подписи)

"17" января 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«С.1.Б.34.2 Самооборона, её правовые основы и методика её применения»

Уровень высшего образования

СПЕЦИАЛИТЕТ

Специальность

37.05.02 Психология служебной деятельности

(код и наименование специальности)

Психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов
(наименование направленности (профили) образовательной программы)

Квалификация

Психолог

Форма обучения

Очная

Год набора 2014

Рабочая программа дисциплины «С.1.Б.34.2 Самооборона, её правовые основы и методика её применения» /сост.

В.В. Баранов, В.Ю. Зиамбетов - Оренбург: ОГУ, 2014

Рабочая программа предназначена студентам очной формы обучения по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности

© Баранов В.В.,
© Зиамбетов В.Ю., 2014
© ОГУ, 2014

Содержание

1 Цели и задачи освоения дисциплины	4
2 Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3 Требования к результатам обучения по дисциплине	4
4 Структура и содержание дисциплины.....	5
4.1 Структура дисциплины	5
4.2 Содержание разделов дисциплины.....	6
4.3 Лекционные занятия.....	7
4.4 Лабораторные работы	7
4.5 Практические занятия (семинары).....	8
4.6 Темы для самостоятельного изучения.....	8
5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины	9
5.1 Основная литература.....	9
5.2 Дополнительная литература	9
5.3 Периодические издания	9
5.4 Интернет-ресурсы.....	9
5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий	10
6 Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	10
Лист согласования рабочей программы дисциплины.....	11
Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины	12
Приложения:	
Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	
Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: формирование физической и психологической готовности к самообороне в будущей профессиональной деятельности.

Задачи:

- сформировать понимание социальной значимости умений и навыков самообороны в подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование системы знаний, практических умений и навыков по самообороне гражданина и служащего;
- содействие социализации личности, профессионально-прикладная физическая подготовка, создание основ для законного и патриотического поведения, а также с целью последующих личных и профессиональных достижений.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: С.1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности, С.1.Б.7 Право

Требования к входным результатам обучения, необходимым для освоения дисциплины

Предварительные результаты обучения, которые должны быть сформированы у обучающегося до начала изучения дисциплины	Компетенции
<u>Знать:</u> - основы социологии. <u>Уметь:</u> - определять причины конфликтов. <u>Владеть:</u> - методами объективного анализа и прогнозирования ситуации.	ОК-1 способностью понимать и анализировать мировоззренческие, социально и личностно значимые философские проблемы
<u>Знать:</u> - основы психологии. <u>Уметь:</u> - выполнять физические и психорегулирующие упражнения. <u>Владеть:</u> - комплексом общеразвивающих упражнений.	ОК-6 способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психического состояния

Постреквизиты дисциплины: С.1.Б.46.1 Криминальные опасности и защита от них, С.1.В.ДВ.3.1 Психологическое сопровождение сотрудников в кризисных ситуациях

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<u>Знать:</u> - психо-физические, правовые основы самообороны; <u>Уметь:</u> - применить на практике приемы самообороны в различных	ОК-6 способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
условиях. Владеть: - основными приемами самообороны.	когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психического состояния
Знать: - теоретические аспекты самообороны и рукопашного боя. Уметь: - обеспечивать условия и демонстрировать возможности самообороны, предупреждающие конфликтные ситуации. Владеть: - комплексом практических и психорегулирующих приемов по самообороне.	ОК-11 способностью к деловому общению, профессиональной коммуникации на одном из иностранных языков
Знать: - условия выполнения служебных задач с применением приемов самообороны в экстремальных условиях. Уметь: - применять комплекс действий по самообороне для выполнения профессиональных задач в особых условиях, чрезвычайных; обстоятельствах, чрезвычайных ситуациях, в условиях режима чрезвычайного положения и в военное время. Владеть: - основными приемами самообороны при решении профессиональных задач в особых условиях.	ПК-16 способностью эффективно взаимодействовать с сотрудниками правоохранительных органов, военными специалистами по вопросам организации психологического обеспечения оперативно-служебной деятельности, в том числе в условиях террористических актов, массовых беспорядков, чрезвычайных ситуаций, стихийных бедствий, катастроф и боевой деятельности

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зачетных единиц (252 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов				
	6 семестр	7 семестр	8 семестр	9 семестр	всего
Общая трудоёмкость	72	72	-	108	252
Контактная работа:	48,25	50,25	-	50,25	148,75
Лекции (Л)	16	-	-	-	16
Практические занятия (ПЗ)	32	34	-	16	82
Лабораторные работы (ЛР)		16	-	34	50
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25	-	0,25	0,75
Самостоятельная работа:	23,75	21,75	-	57,75	103,25
- самостоятельное изучение разделов рабочей программы (см. п. 4.6);	6	12	-	26	44
- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);	14	4	-	26	44
- подготовка к лабораторным занятиям;	-	2	-	2	4
- подготовка практическим занятиям;	2	2	-	2	6
- подготовка к рубежному контролю.	1,75	1,75	-	1,75	5,25
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	зачет	зачет	-	зачет	

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Самооборона и ее правовые основы.	16	4	-	-	12
2	Теоретические основы самообороны с применением оружия самообороны.	10	6	-	-	4
3	Самооборона без оружия.	38	4	30	-	4
4	Медицинские основы самообороны.	2	-	-	-	2
5	Самооборона в особых условиях.	6	2	2	-	2
	Итого:	72	16	32	-	24

Разделы дисциплины, изучаемые в 7 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Самооборона и ее правовые основы.	8	-	-	-	8
2	Теоретические основы самообороны с применением оружия самообороны.	8	-	-	-	8
3	Самооборона без оружия.	48	-	32	12	4
4	Медицинские основы самообороны.	2	-	-	2	-
5	Самооборона в особых условиях.	6	-	2	2	2
	Итого:	72	-	34	16	22

Разделы дисциплины, изучаемые в 9 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Самооборона и ее правовые основы.	16	-	-	-	16
2	Теоретические основы самообороны с применением оружия самообороны.	14	-	-	-	14
3	Самооборона без оружия.	44	-	10	26	8
4	Медицинские основы самообороны.	4	-	-	2	2
5	Самооборона в особых условиях.	30	-	6	6	18
	Итого:	108	-	16	34	58
	Всего:	252	16	82	50	104

4.2 Содержание разделов дисциплины

1. Самооборона и ее правовые основы. Основные нормативно-правовые документы, определяющие основы самообороны и применения оружия, а также обеспечения безопасности. 33. Уголовный кодекс Российской Федерации о самообороне. Конституция Российской Федерации о защите прав граждан. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях и гражданский кодекс Российской Федерации о самообороне. Федеральный закон «О полиции». Требования к задержанию.

2. Теоретические основы самообороны с применением оружия самообороны. Федеральный закон «Об оружии». Виды оружия самообороны, его предназначение и устройство. Правила безопасного обращения с огнестрельным оружием. Самооборона при угрозе нападения с огнестрельным оружием. Основы стрельбы из оружия самообороны. Самооборона при угрозе нападения с холодным оружием.

3. Самооборона без оружия. Удары руками, защита от ударов руками. Удары ногами, защита от ударов ногами. Способы освобождения от захватов. Броски. Болевые, удушающие приемы. Изъятие оружия. Контрприемы, отбивы, блоки, уклоны, оттяжки. Самооборона от нападения собаки и диких животных.

4. Медицинские основы самообороны. Доврачебная помощь при травмах. Остановка кровотечений и различные способы иммобилизации конечностей. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Доврачебная помощь при пулевых ранениях, внутренних кровотечениях.

5. Самооборона в особых условиях. Особенности самообороны в условиях военного времени, в чрезвычайных ситуациях. Самооборона в ограниченном пространстве. Основы самообороны с применением специальных средств. Самооборона в условиях борьбы с терроризмом.

4.3 Лекционные занятия

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Сущность самообороны и ее значение. История самообороны. Самооборона как часть государственной обороны.	2
2	1	Правовые основы самообороны.	2
3	2	Теоретические основы самообороны с применением оружия самообороны. Виды оружия, его предназначение и устройство.	2
4	2	Правила безопасного обращения с травматическим (газовым, огнестрельным) оружием. Основы стрельбы из пистолета.	2
5	2	Теоретические основы самообороны с применением холодного оружия. Медицинские основы самообороны.	2
6	3	Самооборона без оружия. Физическая готовность к самообороне. Основные приемы самообороны без оружия.	2
7	3	Психологическая готовность к самообороне.	2
8	5	Самооборона в особых условиях. Самооборона в условиях военного времени и чрезвычайных ситуациях.	2
		<i>Итого:</i>	16

4.4 Лабораторные работы

№ ЛР	№ раздела	Наименование лабораторных работ	Кол-во часов
1,2,3,4	3	Основы безопасного поведения и сохранения здоровья. Основы правильного, падения, страховки и самостраховки, предупреждения травм различного характера при выполнении приемов в парах.	8
5,6,7,8,9	3	Захваты. Освобождение от захватов. Подножки. Броски. Контрприемы.	10
10,11	3	Болевые приемы. Удушающие приемы.	4
12,13,14,15,16,17,18,19	3	Борьба в партере.	16
20	4	Наложение повязки при кровотечении, вывихах, проникающем ранении, комбинированных травмах (пулевом ранении).	2

№ ЛР	№ раздела	Наименование лабораторных работ	Кол-во часов
		Иммобилизация при переломах.	
21	4	Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.	2
22,23, 24,25	5	Изъятие оружия.	8
		Итого:	50

4.5 Практические занятия

№ ПЗ	№ раздела	Наименование лабораторных работ	Кол-во часов
1,2,3,4 ,5,6,7, 8,9,10, 11,12	3	Стойки. Удары руками. Защита от ударов руками.	24
13,14, 15,16, 17	3	Удары ногами. Защита от ударов ногами.	10
18,19, 20,21, 22,23, 24,25	3	Сочетание в комбинации ударов руками и ногами	16
26,27, 28,29	3	Захваты. Освобождение от захватов. Подножки. Броски. Контр-приемы.	8
30	3	Болевые приемы. Удушающие приемы.	2
31	3	Борьба в партере.	2
32,33, 34,35, 36,	3	Комбинация ударов руками и ногами с захватами и бросками.	10
37,38, 39,40, 41	5	Комбинация ударов руками и ногами с захватами и бросками, болевыми и удушающими приемами, а также применение приемов в зависимости от заданных условий самообороны. Применение оружия.	10
		Итого:	82

4.6 Темы для самостоятельного изучения

№ п.п.	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Уголовный кодекс Российской Федерации о самообороне.	8
2	1	Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях и гражданский кодекс Российской Федерации о самообороне.	2
3	1	Конституция Российской Федерации о защите прав граждан.	2
4	1	Федеральный закон «О полиции». Требования к задержанию.	2
5	1	Федеральный закон «О борьбе с организованной преступностью».	2
6	1	Психология самообороны.	2
7	2	Федеральный закон «Об оружии».	6
8	3	Самооборона без оружия	6
9	4	Основы медицинских знаний. Доврачебная помощь.	2
10	5	Федеральный закон «О противодействии терроризму».	2

11	5	Федеральный закон «О военном положении».	2
12	5	Федеральный закон «О чрезвычайном положении».	2
13	5	Концепция национальной безопасности РФ.	2
14	5	Военно-прикладная физическая подготовка.	2
15	5	Основы военной службы.	2
		<i>Итого:</i>	44

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Баранов, В. В. Физическая культура: учеб. пособие / В. В. Баранов. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2009. – 290 с. – ISBN 978-5-7410-0875-1.
2. Гилязиева, С. Р. Основные приемы самообороны [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов, обучающихся по программам высшего образования по направлению подготовки 38.05.01 Экономическая безопасность / С. Р. Гилязиева, Т. В. Нурматова; "Оренбург. гос. ун-т". - Оренбург : ОГУ. - 2016. - ISBN 978-5-7410-1607-7.
3. Зиамбетов, В. Ю. Самооборона, ее правовые основы и методика ее применения [Электронный ресурс]: конспект лекций: учебное пособие для студентов / В. Ю. Зиамбетов. – Оренбург: ОГУ, 2015. – 105 с. Зарегистрировано в ФГУП НТИЦ «Информрегистр». Регистрационное свидетельство № 44711, номер гос. рег. 0321601366 от 23.05.2016 г. ISBN 978-5-7410-1257-4.

5.2 Дополнительная литература

1. Баранов, В. В. Физическая культура в сфере досуга студентов [Электронный ресурс] / Баранов В.В. – ГОУ ОГУ, 2010. – Режим доступа: artlib.osu.ru/web/books/metod_all/2186_20110906.pdf.
2. Баранов, В. В. Самостоятельная физкультурно-спортивная деятельность студентов в освоении физической культуры [Электронный ресурс] / Баранов В.В. – ОГУ, 2012. – Режим доступа: artlib.osu.ru/web/books/metod_all/3025_201202.09.pdf.
3. Гилязиева, С.Р. Методика применения основных приёмов самообороны для девушек: в трёх частях, методические рекомендации / С.Р. Гилязиева, Т.В. Нурматова; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2010. – Ч.1. – 48 с.
4. Зиамбетов, В. Ю. Военно-прикладная физическая подготовка и военно-патриотическое воспитание студентов [Электронный ресурс]: методические рекомендации для студентов / В. Ю. Зиамбетов; «Оренбург. гос. ун-т». – Оренбург: ОГУ. – 2014. – 54 с. Зарегистрирован в НМО УМУ ОГУ, № 26302472014 от 26.03.2014. Зарегистрировано в ФГУП НТИЦ «Информрегистр». Регистр. Свидетельство № 35788, номер гос. рег. 0321401258 от 05.09.2014 г.
5. Островский, Э. В. Психология и педагогика [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по экономическим специальностям / Э. В. Островский, Л. И. Чернышова. – М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2013. – 381 с. – ISBN 978-5-9558-0025-7.

5.3 Периодические издания

Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».
Журнал «Теория и практика физической культуры».

5.4 Интернет-ресурсы

Электронные научные ресурсы по самообороне научной библиотеки Оренбургского государственного университета. Интернет-ресурсы:

- Wikipedia

- <http://samooborona.org>
- <http://www.mirknig.com>

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

Информационные справочные системы:

1. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992. Москва, Воробьевы горы, МГУ, 2016. – Режим доступа в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\GarantClient\garant.exe.

2. Консультант Плюс [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание справочная правовая система / Разработчик ЗАО «Консультант Плюс», 2016. – Режим доступа к системе в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\CONSULT\com.exe.

Программное обеспечение (ПО):

- операционная система Microsoft Windows ;
- антивирус Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition на 2 года;
- ПО для работы с файлами PDF: Adobe Acrobat 8.0 Pro Russian Version;
- ПО для записи CD и DVD Nero 9 Standard;
- архиватор WinRAR.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные аудитории и зал дзюдо в УСК «Пингвин».

К рабочей программе прилагаются:

- Фонд оценочных средств для проведения итоговой аттестации обучающихся по дисциплине.
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

ЛИСТ

согласования рабочей программы

Специальность: 37.05.02 Психология служебной деятельности

код и наименование

Специализация: Психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов

Дисциплина: С.1.Б.34.2 Самооборона, её правовые основы и методика её применения

Форма обучения: очная

(очная, очно-заочная, заочная)

Год набора 2014

РЕКОМЕНДОВАНА заседанием кафедры

Кафедра физического воспитания

наименование кафедры

протокол № 8 от " 22 " декабря 2016 г.

Ответственный исполнитель, заведующий кафедрой

Кафедра физического воспитания

наименование кафедры



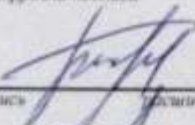
В.В. Баранов

расшифровка подписи

Исполнители:

Заведующий кафедрой физического воспитания

должность

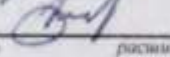


В.В. Баранов

расшифровка подписи

Доцент кафедры физического воспитания

должность



В.Ю. Знамбетов

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий кафедрой Кафедра уголовного права

наименование кафедры



Н.Ю. Волосова

личная подпись

расшифровка подписи

Заведующий кафедрой Кафедра общей психологии и психологии личности

наименование кафедры



Л.В. Зубова

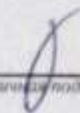
личная подпись

расшифровка подписи

Председатель методической комиссии по специальности

37.05.02 Психология служебной деятельности

код наименование

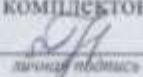


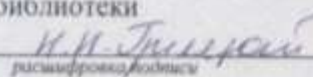
Л.В. Зубова

личная подпись

расшифровка подписи

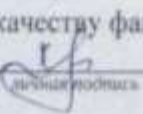
Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

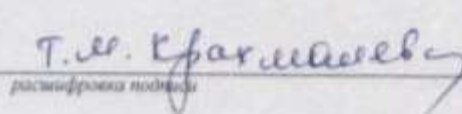




расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета





расшифровка подписи

Рабочая программа зарегистрирована в ОИОТ ЦИТ

Начальник отдела информационных образовательных технологий ЦИТ

личная подпись

расшифровка подписи