Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра физического воспитания

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.Б.34.1 Самооборона, её правовые основы и методика её применения»

Уровень высшего образования

СПЕЦИАЛИТЕТ

Специальность
38.05.01 Экономическая безопасность
(код и наименование специальности)

Анализ, контроль и правовое обеспечение экономической безопасности хозяйствующих субъектов
(наименование направленности (профиля)/специализации образовательной программы)

Квалификация
Экономист

Форма обучения
Очная

Год набора 2023

Рабочая программа дисциплины «*Б1.Д.Б.34.1 Самооборона, её правовые основы и методика её применения*» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра физического воспитания
наименование кафедры

протокол № 3 от "5" 04 2023 г.

Заведующий кафедрой
Кафедра физического воспитания _____ С.Ю. Соловых
наименование кафедры *подпись* *расшифровка подписи*

Исполнители:
доцент кафедры физического воспитания _____ В.Ю. Зиамбетов
должность *подпись* *расшифровка подписи*

СОГЛАСОВАНО:
Председатель методической комиссии по специальности
38.05.01 Экономическая безопасность _____ З.С. Туякова
код наименование *личная подпись* *расшифровка подписи*

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки
_____ Н.Н. Бигалиева
личная подпись *расшифровка подписи*

Уполномоченный по качеству факультета
_____ Т.М. Крахмалева
личная подпись *расшифровка подписи*

№ регистрации _____

© Зиамбетов В.Ю., 2023
© ОГУ, 2023

1 Цели и задачи освоения дисциплины

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

Задачи:

- формирование системы знаний, практических умений и навыков по самообороне;
- формирование базовой и профессиональной физической культуры личности, профессионально-прикладная физическая подготовка;
- формирование основ законного, сознательного и ответственного поведения, содействие гражданскому и военно-патриотическому воспитанию.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.34.2 Тактико-специальная подготовка*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8-В-1 Формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности, обеспечивая безопасные и/или комфортные условия жизнедеятельности, труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств защиты	**Знать:** основные средства, методы самозащиты и безопасного поведения, а также правовые основы самообороны **Уметь:** изучать и использовать комплекс двигательных умений по самообороне в повседневной и будущей профессиональной деятельности **Владеть:** основными приемами самообороны и безопасного поведения

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	1 семестр	всего
Общая трудоёмкость	**108**	**108**
Контактная работа:	**34,25**	**34,25**
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: - самоподготовка (повторение лекционного материала и материала рекомендованной литературы, использование интернет-ресурсов); - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к зачету.	**73,75**	**73,75**
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	**зачет**	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Самооборона и ее правовые основы.	28	8	-	-	20
2	Самооборона без оружия.	26	4	12	-	10
3	Медико-психологические основы самообороны.	16	4	2	-	10
4	Самооборона в особых условиях.	38	2	2	-	34
	Итого:	108	18	16	-	74
	Всего:	108	18	16	-	74

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. 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». Федеральный закон «Об оружии». Требования к задержанию.

2. 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 при угрозе нападения с холодным оружием. Самооборона от нападения собаки и диких животных.

3. Медико-психологические 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. Основы проявления психической устойчивости в экстремальных ситуациях.

4. Самооборона в особых условиях. Особенности самообороны и психической устойчивости 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 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	2	Стойки. Удары руками. Защита от ударов руками.	2
2	2	Удары ногами. Защита от ударов ногами.	2
3	2	Сочетание в комбинации ударов руками и ногами	2
4	2	Захваты. Освобождение от захватов. Подножки. Броски. Контр-приемы.	2
5	2	Болевые приемы. Удушающие приемы.	2
6	2	Борьба в партере. Комбинация ударов руками и ногами с захватами и бросками.	2
7	3	Доврачебная помощь при травмах	2
8	4	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 самообороны.	2
		Итого:	16

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

Гилазиева, 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. Гилазиева, Т. В. Нурматова; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". – Электрон. текстовые дан. (1 файл: 3.64 Мб). – Оренбург: ОГУ, 2016. – 113 с. – Загл. с тит. экрана. – Adobe Acrobat Reader 6.0 - Режим доступа: http://artlib.osu.ru/web/books/metod_all/32440_20161202.pdf-ISBN 978-5-7410-1607-7.

Зиамбетов, В. Ю. Самооборона, ее правовые основы и методика ее применения [Электронный ресурс]: конспект лекций: учебное пособие для студентов, обучающихся по программе высшего образования по специальности 38.05.01 Экономическая безопасность / В. Ю. Зиамбетов; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Оренбург. гос. ун-т".– Электрон. текстовые дан. (1 файл: 3.62 Мб). – Оренбург: ОГУ. – 2015. – 105 с. – Загл. с тит. экрана. –Adobe Acrobat Reader 6.0 – Режим доступа: http://artlib.osu.ru/web/books/metod_all/8259_20150702.pdf-ISBN 978-5-7410-1257-4.

5.2 Дополнительная литература

Зиамбетов, В. Ю. Содержательные основы подготовки студентов вузов к военной службе [Электронный ресурс]: монография / В. Ю. Зиамбетов; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". – Электрон. текстовые дан. (1 файл: 9.60 Мб). – Оренбург: Университет. – 2019. - 200 с. – Загл. с тит. экрана. – Adobe Acrobat Reader 7.0 – Режим доступа: http://artlib.osu.ru/web/books/work_all/93993_20190507.pdf -ISBN 978-5-4417-0772-5.

Основы тестирования студентов на занятиях по самообороне [Электронный ресурс]: методические рекомендации для обучающихся по образовательным программам высшего образования по специальностям 38.05.01 Экономическая безопасность и 37.05.02 Психология

служебной деятельности / сост. В. Ю. Зиамбетов; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". – Электрон. текстовые дан. (1 файл: 0.41 Мб). – Оренбург: ОГУ. – 2020. – 58 с. Загл. с тит. экрана. – Adobe Acrobat Reader 6.0 – Режим доступа: http://artlib.osu.ru/web/books/metod_all/131455_20200916.pdf

5.3 Периодические издания

Теория и практика физической культуры: журнал. - М.: НИЦ "Теория и практика физической культуры и спорта", – режим доступа: http://teoriya.ru/ru/taxonomy/term/2

Безопасность жизнедеятельности: журнал. - М.: Агентство "Роспечать", – режим доступа: http://milportal.ru/zhurnal-osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/

5.4 Интернет-ресурсы

http://www.ampe.ru/web/guest/russian – Институт психологических проблем безопасности
http://anty-crim.boxmail.biz – Искусство выживания
http://www.hsea.ru – Первая медицинская помощь
http://kombat.com.ua/stat.html – статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
http://informic.narod.ru/obg.html – Основы безопасности жизнедеятельности

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992, Москва, Воробьевы горы, МГУ, [1990–2023]. – Режим доступа в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\GarantClient\garant.exe

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание справочная правовая система. / Разработчик ЗАО «Консультант Плюс», [1992–2023]. – Режим доступа к системе в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\!CONSULT\cons.exe

3. http://edu.garant.ru/garant/study/ - Интернет-версия ГАРАНТ-Образование, Система ГАРАНТ для студентов, аспирантов и преподавателей

4. Операционная система РЕД ОС

5. Пакет офисных приложений LibreOffice

6. Программная система для организации видео-конференц-связи Webinar.ru

7. Гилазиева, С. Р. Самооборона, ее правовые основы и методика ее применения [Электронный ресурс]: электронный курс в системе Moodle / С. Р. Гилазиева, В. Ю. Зиамбетов; М-во образования и науки Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". – Оренбург: ОГУ. – 2018. – регистрационный номер 1598 от 20.06.2018. – Режим доступа: Электронные курсы ОГУ в системе обучения moodle. – https://ufer.osu.ru/index.php?option=com_uferdbsearch&view=uferdbsearch&action=details&ufer_id=1598

8. Автоматизированная интерактивная система сетевого тестирования - АИССТ (зарегистрирована в РОСПАТЕНТ, Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2011610456, правообладатель – Оренбургский государственный университет), режим доступа - http://aist.osu.ru.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные аудитории, зал дзюдо в УСК «Пингвин».