

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ



Декан факультету фізичного виховання
М. В. Маліков
(ініціали та прізвище)

2016

НАЦІОНАЛЬНІ ВИДИ БОРотьБИ

(назва навчальної дисципліни)

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Підготовки бакалавра

(назва освітнього ступеня)

напряму 6.010201 фізичне виховання

(шифр, назва спеціальності)

Укладач

к.п.н., ст.викл. Притула О. Л.

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту

Протокол № 1 від "28" серпня 2016 р.
Завідувач кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту

А.П. Конох
(ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою
факультету фізичного виховання

Протокол № 1 від "29" серпня 2016 р.
Голова науково-методичної ради
факультету фізичного виховання

К.В.Лукоянова
(ініціали, прізвище)

2016 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень вищої освіти,	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів - 3	Галузь знань 0102 «Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини»	Вибіркова	
Загальна кількість годин - 90	Напрямок підготовки «Спорт»	Рік підготовки:	
		4 -й	4 -й
		Лекції	
Тижневих аудиторних годин для денної форми навчання: – 2 год	Рівень вищої освіти: бакалаврський	0 год.	0 год.
		Лабораторні	
		26 год.	6 год.
		Індивідуальні зан.	
		10 год.	год.
		Самостійна робота	
		54 год.	8 год.
Вид контролю: екзамен			

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Національні види боротьби» є:

- дати загальне уявлення про історію походження, традиції, структуру, зміст, специфіку національних видів боротьби, як частини національних систем фізичного виховання;

- сприяти формуванню особистості майбутнього бакалавра фізичної культури, підвищенню його загальної і професійної культури;

- ознайомити бакалаврів з основами державної політики в області національних видів боротьби, розкрити місце і суть національних видів боротьби в країнах світу.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Національні види боротьби» є:

- знати особливості національних видів боротьби народів світу;

- знати особливості українських національних видів боротьби;

- вміти організовувати і проводити фізкультурно-спортивні заняття з елементами національних видів боротьби;

- володіти практичними навичками застосування методів національних видів боротьби в професійній діяльності.

Згідно з вимогами освітньої програми студенти повинні досягти таких результатів навчання (компетентностей):

- вміння логічно вірно, аргументовано і ясно будувати свою думку щодо національних особливостей фізичного виховання;
- усвідомлення соціальної значущості національних видів боротьби для розвитку національної системи фізичного виховання;
- знання історії, традицій, засобів, методів, особливостей національних видів боротьби;
- вміння проводити роботу щодо впровадження національних видів боротьби в професійну діяльність;
- знання структури проведення змагань, тренувального процесу з національних видів боротьби.

Міждисциплінарні зв'язки.

Дисципліна «Національні види боротьби» відноситься до варіативної частини професійного циклу дисциплін, за вибором студента. Навчальна дисципліна являє собою галузь наукових знань, що охоплюють теорію і практику фізичної культури.

При вивченні дисципліни простежується логічний і змістовно- методичний взаємозв'язок з іншими дисциплінами: «Теорія і методика фізичного виховання», «Історія фізичної культури», «Історія і духовно філософські основи «Спасу»».

3. Програма навчальної дисципліни

Розділ 1. Національні види боротьби, як складова національної системи фізичної культури

Тема 1. Поняття національної фізичної культури

Поняття «культура», «фізична культура», «національна фізична культура», «національні види спорту», «національні види єдиноборств», «національні види боротьби». Національні види боротьби, як невід'ємна складова фізичної культури народів світу. Національні традиції фізичної культури, їх специфіка, джерела, історія виникнення, причини виникнення. Основні компоненти і відмінності національних видів боротьби, їх зв'язок з сучасними видами спортивних єдиноборств та виді боротьби. Характерні особливості національних видів боротьби.

Тема 2. Загальна характеристика національних видів боротьби народів світу

Національні види боротьби народів світу, їх характерні особливості, відмінності. Вплив кліматичних, географічних, історичних, політичних та ін. умов на формування національних видів боротьби народів світу. Національні види боротьби народів Європи. Національні види боротьби народів Азії. Національні види боротьби народів Сибіру та Півночі. Національні види боротьби народів Далекого Сходу. Національні види боротьби народів Кавказу. Національні види боротьби народів Середньої Азії. Національні види боротьби

народів Африки. Види боротьби Латинської та Північної Америки, традиційні та сучасні. Види боротьби Австралії та Нової Зеландії.

Тема 3. Національні види боротьби народів Євразії.

Національні види боротьби Давньої Греції і їх вплив на формування національних видів боротьби народів Європи. Молдавська національна боротьба “Тринта”. Національні види боротьби народів Кавказу. Грузинська національна боротьба “Чідаоба”. Вірменська національна боротьба “Кох”. Азербайджанська боротьба “Гюлеш”. Узбецька національна боротьба “Кураш”. Туркменська національна боротьба “Якалашма”. Монгольська національна боротьба на поясах.

Тема 4. Національні види боротьби народів Далекого Сходу і Азії.

Японська боротьба сумо, її національний розвиток і розвиток у світі. Правила змагань, традиції. Японська національна боротьба дзю-до. Національний розвиток і розвиток в світі. Китайські види боротьби. Корейські національні види боротьби і бойові мистецтва – тайкен, тхеквондо. Національні види боротьби Індії. Індійський кулачний бій. Індійське бойове мистецтво “Каларіпаяту”.

Розділ 2. Українські національні види боротьби

Тема 5. Загальна характеристика українських національних видів боротьби

Історія виникнення традиції боротьби в Україні. Традиційні українські національні види боротьби та бойових мистецтв. Види боротьби в регіонах України. Традиційні види боротьби Західної України. Традиція боротьби в Східній Україні. Згадки сучасників про традицію боротьби в Україні. Літературні джерела, які описували українські національні види боротьби. Легенди перекази про видатних українських борців: від давньоруських билин до сучасності. Традиція боротьби в Давній Русі. Традиція боротьби запорізьких козаків. Боротьба в Україні часів новітньої історії. Сучасний розвиток національних видів боротьби в незалежній Україні.

Тема 6. Сучасний розвиток українських національних видів боротьби та бойових мистецтв

Спас: історія виникнення, традиція, сучасний розвиток, види спасу. Бойовий гопак – українське національне бойове мистецтво. Українська боротьба на поясах. Українська боротьба навхрест. Традиція кулачного бою в Україні: лава на лаву. Види козацької боротьби: історичні види, сучасні види. Українські національні види боротьби і бойового мистецтва, які розвиваються в Україні на сучасному історичному етапі. Національні види боротьби етносів в сучасній Україні.

Тема 7. Традиція української національної козацької боротьби «Спас».

Види боротьби в Спасі. Боротьба штовхач, пря. Боротьба «Котигорошко». Правила змагань. Боротьба навхрест. Боротьба «На поясах» в традиції Спасу. Боротьба ногами «Копанка». «Циганська боротьба». Види боротьби з предметами: пояс, палиця. Боротьба «Тягни бука». Ігри в традиції боротьби Спасу. Українська національна боротьба “Штовхач”, “Котигорошко”.

Український рукопаш гопак. Бойове мистецтво “Козацька Вежа”. Бойове мистецтво “Триглав”.

Тема 8. Національні види боротьби етнічних груп населення в сучасній Україні.

Національні види боротьби етносів в сучасній Україні. Боротьба азовських греків “Куреш”. Татарська народна боротьба “Алиш”. Боротьба азовських греків “Куреш”. Татарська народна боротьба “Алиш”. Національна грузинська боротьба “Чідаоба”, розвиток в сучасній Україні. Національна грузинська боротьба “Чідаоба”, розвиток в сучасній Україні. Перспективи розвитку українських національних видів боротьби і бойових мистецтв та національних видів боротьби інших народів в сучасній Україні.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви тематичних розділів і тем	Кількість годин										
	денна форма						заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі				
		л	с/п	лаб.	сам.р.		л	с/п	лаб	сам.р.	
						ін д.					інд.
Розділ 1. Національні види боротьби, як складова національної системи фізичної культури											
Тема 1. Поняття національної фізичної культури	12			4	8		2			2	
Тема 2. Загальна характеристика національних видів боротьби народів світу	12			4	8		2		2		
Тема 3. Національні види боротьби народів Євразії.	12			4	8		2		2		
Тема 4. Національні види боротьби народів Далекого Сходу і Азії.	6			2	4		2			2	
Разом за розділом 1	42			14	28		8		4	4	
Розділ 2. Українські національні види боротьби											
Тема 5. Загальна характеристика українських національних видів боротьби	8			2	6		2			2	
Тема 6. Сучасний розвиток українських національних видів боротьби та бойових мистецтв	20			4	6	10	2			2	
Тема 7. Традиція української національної козацької боротьби «Спас».	10			4	6		2		2		
Тема 8. Національні види боротьби етнічних груп населення в сучасній Україні.	10			2	8						
Разом за розділом 2	48			12	26	10	6		2	4	

<i>Усього годин</i>	90		26	54	10	14			6	8	
---------------------	----	--	----	----	----	----	--	--	---	---	--

6. Теми лабораторних занять

№ п/п	ТЕМА	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
	Розділ 1. Національні види боротьби як складова національної системи фізичної культури		
	Тема 1. Поняття національної фізичної культури	4	
	Тема 2. Загальна характеристика національних видів боротьби народів світу	4	2
	Тема 3. Національні види боротьби народів Євразії.	4	2
	Тема 4. Національні види боротьби народів Далекого Сходу і Азії.	2	
	Розділ 2. Українські національні види боротьби		
	Тема 5. Загальна характеристика українських національних видів боротьби	2	
	Тема 6. Сучасний розвиток українських національних видів боротьби та бойових мистецтв	4	
	Тема 7. Традиція української національної козацької боротьби «Спас».	4	2
	Тема 8. Національні види боротьби етнічних груп населення в сучасній Україні.	2	
Разом		26	6

7. Самостійна робота

№ п/п	ТЕМА	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
	Розділ 1. Національні види боротьби як складова національної системи фізичної культури		
	Тема 1. Поняття національної фізичної культури	8	2
	Тема 2. Загальна характеристика національних видів боротьби народів світу	8	
	Тема 3. Національні види боротьби народів Євразії.	8	
	Тема 4. Національні види боротьби народів Далекого Сходу і Азії.	4	2
	Розділ 2. Українські національні види боротьби		
	Тема 5. Загальна характеристика українських національних видів боротьби	6	2
	Тема 6. Сучасний розвиток українських національних видів боротьби та бойових мистецтв	6	2
	Тема 7. Традиція української національної козацької боротьби «Спас».	6	
	Тема 8. Національні види боротьби етнічних груп населення в сучасній Україні.	8	
Разом		54	8

Індивідуальне завдання

У межах виконання індивідуального завдання студент повинен виконати один з запропонованих варіантів:

1. Підготовка конспектів занять з дисципліни “Національні види боротьби”. Розробка фрагменту робочого плану занять з використанням національних видів боротьби.
2. Підготовка конспектів занять для учнів з національних видів боротьби.
3. Підготовка рефератів з національних видів боротьби.
4. Аналіз національних видів боротьби, порівняльна характеристика видів національної боротьби.
5. Вивчення історії виникнення в Україні українських національних видів боротьби.
6. Практичне засвоєння національних видів боротьби.
7. Підготовка показового виступу з національних видів боротьби.
8. Підготовка студентської наукової статті, дослідження на тему “Національні види боротьби”.

8. Види контролю і система накопичення балів

	Вид контролю	Кількість контрольних заходів	Кількість балів за 1 захід	Усього балів
Поточний контроль				
1	Лабораторні заняття	13	2	26
2	Контроль самостійної роботи	6	3	18
3	Контрольне тестування за результатами вивчення матеріалу розділів 1-2 у системі електронного забезпечення ЗНУ (проводиться по завершенню вивчення кожного розділу)	2	8	16
				60
Підсумковий контроль				
	Індивідуальне завдання	1	10	10
	Підсумковий тестовий контроль у системі електронного забезпечення ЗНУ	1	10	10
	Екзамен	1	20	20
		21		100

Критерії оцінювання

Курс дисципліни «Національні види боротьби» розбито на 2 розділи. Кожен має ряд поточних контрольних заходів і закінчується підсумковим контролем, обов’язковим для студента. Підсумковий контроль проводиться у формі *екзамену*.

При проведенні поточного контролю оцінюються: результати тестування за розділами, виконання письмових завдань та ситуаційних задач під час проведення практичних занять, виконання самостійної роботи у вигляді презентації.

Лабораторні заняття оцінюються максимально у 26 бали:

2 бали – послідовний виклад матеріалу з аналізом та рекомендаціями отриманих даних, знання практичного матеріалу, володіння спеціальною літературою, вміння творчо розв’язувати завдання (“відмінно” за національною шкалою);

1 бал – зміст матеріалу викладено частково, з недотриманням послідовності, суть поняття розкрито в загальному “задовільно” за національною шкалою;

0,5 бали – доповнення та участь у дискусії.

Контроль самостійної роботи проводиться у формі перевірки конспектів матеріалів для підготовки до практичних занять, вибіркового усного опитування на початку практичного заняття або письмового експрес-опитування студентів за основними питаннями, що винесено до самостійної роботи:

3 бали – суттєве стисле повне розкриття питання;

2 бали – знання практичного матеріалу, часткове володіння спеціальною термінологією, при поясненні понять допущено помилки;

1 бал – зміст матеріалу викладено частково, з недотриманням послідовності, суть поняття розкрито в загальному “задовільно” за національною шкалою.

Контрольне тестування за результатами вивчення матеріалу розділів:

8-7 балів – відповідь бездоганна за змістом, формою та обсягом. Студент вільно володіє матеріалом: при відповіді показує досконале знання навчальної літератури, наводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, використовує знання з суміжних галузевих дисциплін, доцільно використовує матеріал при наведенні прикладів.

6-5 балів – студент відповідає по суті питання, володіє матеріалом: при відповіді показує знання навчальної літератури, робить узагальнюючі висновки, доцільно використовує матеріал при наведенні прикладів, проте відповідь містить неточності, порушується послідовність викладення матеріалу.

4-3 бали – студент відповідає по суті питання і в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь неповна і містить неточності, порушується послідовність викладення матеріалу, виникають труднощі у наведенні прикладів.

2-1 бал – студент лише в загальній формі розбирається у матеріалі, відповідь неповна і неглибока, лише частково розкриває зміст питання. Студент дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність викладення матеріалу, відчуває труднощі при наведенні прикладів.

0 балів – відповідь відсутня.

Індивідуальне завдання із складання програми «Національні види боротьби» виконується до екзамену завчасно та оцінюється, виходячи з максимальних 10 балів:

10 балів – складена програма бездоганна за змістом, формою та обсягом;

9-5 балів – складена програма неповна і містить неточності, порушується послідовність заходів профілактики;

4-1 бал – програма складена частково;

0 балів – програма не складена.

При виконанні завдань екзаменаційного білету використовуються такі критерії оцінювання відповіді студента:

5-4 бали – відповідь студента неповна, неглибока, містить неточності, недостатньо чіткі і правильні формулювання термінів, порушення послідовності у викладі матеріалу, студент відчуває труднощі при застосуванні теоретичних знань при рішенні практичних завдань;

8-6 бали – відповідь студента досить повна, логічна, з елементами самостійності, але містить деякі неточності, недостатня чіткість у визначенні понять;

10-9 балів – відповідь бездоганна за змістом, формою, обсягом. Відповідь повна, глибока з елементами аналізу, творчості, логічна і послідовна. Студент доцільно використовує вивчений матеріал при рішенні практичних завдань, робить узагальнюючі висновки.

Підсумковий тестовий контроль у системі електронного забезпечення ЗНУ. Максимально оцінюється у 10 балів. Тестові завдання містять 1 правильну відповіді з наданих. Студент отримує 1 бал за кожне правильно позначене тестове завдання та 0 балів – при помилковому позначенні відповіді.

Екзамен передбачає підсумковий контроль знань, який складається з трьох питань та відбувається у вигляді усного опитування за основними положеннями лекційного курсу. Критерії оцінювання знань:

- “відмінно” за національною шкалою – студент отримує 20-17 балів (послідовна, логічна, обґрунтована відповідь на 3 запитання, вміле й вивірене формулювання висновків);
- “добре” за національною шкалою – студент отримує 16-13 балів (послідовна, логічна, обґрунтована відповідь на 3 запитання, наявність окремих несуттєвих помилок під час відповіді);
- “задовільно” за національною шкалою – студент отримує 12-9 балів (послідовна, логічна відповідь на 2 запитання, наявність окремих несуттєвих помилок під час відповіді);
- “незадовільно” за національною шкалою – студент отримує 8-0 балів (непослідовна відповідь на 1 запитання, наявність істотних помилок під час відповіді).

Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов’язковим повторним курсом)		

9. Рекомендована література

Основна:

1. Мандзяк О.С. Бойові традиції аріїв: На шляху до реалій українських бойових мистецтв. – Тернопіль: Мандрівець, 2011. – 272 с.
2. Мандзяк А.С. Воинские традиции народов Евразии / Под. общ. ред. А.Е. Тараса. – Минск.: Харвест, 1998. – 384 с.
3. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. – Л.: УСА, 1995. – 254 с.
4. Базлов Г.Н. Русский рукопашный бой Буза. – М.: 2006. – 80 с.
5. Панченко Г.К. Нетрадиционные боевые искусства: от Америки до Руси. Х.: Фолио; Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. – 371 с.
6. Панченко Г.К. Нетрадиционные боевые искусства: Европа и Азия. Х.: Фолио; Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. – 388 с.
7. Притула О.Л., Шилов Ю.О. Світогляд в українському рукопаші “Спас”. – Запоріжжя: Акцент Інвест-трейд, 2013. – 124 с.

Додаткова:

1. *Голощанов Б.Р.* История физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед / Б.Р. Голощанов. – 4-е изд., испр. – М.: Издательский центр “Академия”, 2007. – 312 с.
2. *Авилов В.И.* Кулачный бой на Великой Руси. Практическое пособие по технике русского кулачного боя. – М.: Профит Стайл, 2011. – 112 с.

3. Грунтовкий А.В. Русский кулачный бой. Наука побеждать / Андрей Грунтовский. – М.: Яуза : Эксмо, 2013. – 432 с.
4. Цьось А. В. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХІХ ст. : навч. посіб. для студ. ВНЗ / А. В. Цьось, Н. А. Деделюк. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. – 456 с.
5. Мандзяк А. С. Славянские воинские искусства: От культа Земли к воинскому поединку / О. С. Мандзяк. – Мн. : Харвест, 2006. – 320 с.
6. Величкович М. Український рукопаш гопак : навч. посіб. / М. Величкович, Л. Мартинюк. – Львів : Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
7. Воропай О. Звичаї нашого народу: етнографічний нарис / О. Воропай. – К. : АВПТ «Оберіг», 1993. – 592 с.
8. Каляндрук Т. Б. Загадки козацьких характерників / Т. Б. Каляндрук. – Львів : ЛА «Піраміда», 2006. – 272 с.
9. Каляндрук Т. Б. Таємниці бойових мистецтв України : монографія / Тарас Каляндрук. – Вид. 6-е, доп. – Львів : ЛА «Піраміда», 2013. – 304 с.
10. Приступа Є.Н. Українські народні ігри : монографія / Приступа Є., Левків В., Слімаковський О. – Л.: ЛДУФК, 2012. – 432 с.
11. Аннаниязов А.А. Туркменская национальная борьба якалашма в системе физического воспитания / Аннаниязов А.А. // Теория и практика физической культуры. – 1982. - №6 – С.54-55.
12. Тимчак Я.В. Військово-фізична підготовка в Україні (ІХ – ХVІІІ ст.ст.): Дисертація. – Л., 1998. – 193 с.

Інформаційні ресурси

1. Всеукраїнська федерація «Спас». URL: <http://www.spas.zp.ua>.
2. Дикое поле: воинская культура и обычаи донских казаков. URL: <http://dikoepole.com>.
3. Буза – обычай воинских родов. Официальный центральный сайт русской воинской традиции Буза. URL: <http://buza.su>.
4. Федерація боксу України. URL: <http://www.fbu.net.ua>.
5. Федерація українського рукопашу гопак. URL: <http://www.hopak.org>.
6. Міжнародна Федерація Бойового Гопака. URL: <http://hopak.org.ua>.
7. Федерація рукопашного бою України. URL: <http://www.frb.org.ua>.

Погоджено Лет Мешинська О.В.
 відділ з навчальної роботи
 « 17 » травня 2016