

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра физического воспитания

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.Б.35.2 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 (профиля)/специализации образовательной программы)

Квалификация

Психолог

Форма обучения

Очная

Год набора 2022

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.Б.35.2 Самооборона, её правовые основы и методика её применения» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра физического воспитания

наименование кафедры

протокол № 10 от " 10 " марта 2022 г.

Заведующий кафедрой

Кафедра физического воспитания

наименование кафедры

подпись

С.Ю. Соловых

расшифровка подписи

Исполнители:

доцент кафедры физического воспитания

должность

подпись

В.Ю. Зиамбетов

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по специальности

37.05.02 Психология служебной деятельности

код наименование

личная подпись

Л.В. Зубова

расшифровка подписи

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

личная подпись

Н.Н. Бигалиева

расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета

личная подпись

Т.М. Крахмалева

расшифровка подписи

№ регистрации _____

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: *Б1.Д.Б.4 Безопасность жизнедеятельности, Б1.Д.Б.5 Физическая культура и спорт, Б1.Д.Б.7 Право, Б1.Д.Б.36 Юридическая психология*

Постреквизиты дисциплины: *Б2.П.Б.П.1 Преддипломная практика*

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-2 Использует приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать: основные средства и методы самозащиты в сложных и экстремальных ситуациях, а также основы оказания доврачебной помощи пострадавшим Уметь: применять комплекс действий по самообороне в условиях чрезвычайных ситуаций и вооруженных конфликтов Владеть: основными приемами самообороны при решении профессиональных задач в особых условиях
ОПК-8 Способен организовывать и осуществлять общую, специальную и целевую психологическую подготовку сотрудников,	ОПК-8-В-1 Обладает знаниями по организации психологической подготовки сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц к профессиональной деятельности ОПК-8-В-2 Осуществляет общую,	Знать: основы психологической подготовки к самообороне, а также правовые основы самообороны

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
военнослужащих и (или) отдельных лиц к профессиональной деятельности	специальную и целевую психологическую подготовку сотрудников, военнослужащих ОПК-8-В-3 Демонстрирует психологическую подготовку по сопровождению сотрудников правоохранительных органов	Уметь: проявлять психологическую устойчивость в условиях самообороны Владеть: психорегулирующими упражнениями и приемами

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

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

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	9 семестр	всего
Общая трудоёмкость	108	108
Контактная работа:	52,25	52,25
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	34	34
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.	55,75	55,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	зачет	

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.	20	10	-	-	10
2	Самооборона без оружия.	40	4	26	-	10
3	Медико-психологические основы самообороны.	24	2	4	-	18
4	Самооборона в особых условиях.	24	2	4	-	18
	Итого:	108	18	34	-	56
	Всего:	108	18	34	-	56

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». 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
1,2,3,4	2	Стойки. Удары руками. Защита от ударов руками.	8
5,6	2	Удары ногами. Защита от ударов ногами.	4
7,8,9	2	Сочетание в комбинации ударов руками и ногами	6
10	2	Захваты. Освобождение от захватов. Подножки. Броски. Контрприемы.	2
11	2	Болевые приемы. Удушающие приемы.	2
12,13,14,15	2	Борьба в партере. Комбинация ударов руками и ногами с захватами и бросками.	8
16	3	Доврачебная помощь при травмах	2
17	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.	2
		Итого:	34

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

Гилязиева, С. Р. Самооборона, ее правовые основы и методика ее применения [Электронный ресурс]: электронный курс в системе Moodle / С. Р. Гилязиева, В. Ю. Зиамбетов; Минобразования 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:

https://ufer.osu.ru/index.php?option=com_uferdbsearch&view=uferdbsearch&action=details&ufer_id=1598

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; 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 - ISBN 978-5-7410-1607-7. Режим доступа – http://artlib.osu.ru/site_new/trudi

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". – Оренбург: ОГУ. – 2015. – 105 с. – ISBN 978-5-7410-1257-4. – Режим доступа: http://artlib.osu.ru/site_new/trudi

5.2 Дополнительная литература

Зиамбетов, В. Ю. Содержательные основы подготовки студентов вузов к военной службе: монография / В. Ю. Зиамбетов; М-во науки и высш. образования Рос. Федерации, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Оренбург. гос. ун-т". - Оренбург: Университет. – 2019. – 200 с. – ISBN 978-5-4417-0772-5.

Зиамбетов В.Ю. 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. – Оренбург: ОГУ. – 2020. – 58 с.

5.3 Периодические издания

Журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».

Журнал «Экстремальная деятельность человека».

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 современных информационных технологий

1. Операционная система Microsoft Windows.

2. Open Office/LibreOffice – свободный офисный пакет программ, включающий в себя текстовый и табличный редакторы, редактор презентаций и другие офисные приложения.

3. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992, Москва, Воробьевы горы, МГУ, [1990–2020]. – Режим доступа в сети ОГУ для установки системы: \\fileserver1\GarantClient\garant.exe.

4. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: электронное периодическое издание справочная правовая система. / Разработчик ЗАО «Консультант Плюс», [1992–2020]. – Режим доступа к системе в сети ОГУ для установки системы: <\\fileserv1\!\CONSULT\cons.exe>.

5. Microsoft Teams – корпоративная платформа, объединяющая в рабочем пространстве чат, встречи, заметки и вложения.

6. LMS Moodle [Электронный ресурс]: система управления курсами – URL: <https://moodle.osu.ru/> – Режим доступа: для авторизир. Пользователей.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные аудитории, зал дзюдо в УСК «Пингвин».