

Факултет:Юридически
Катедра:Сигурност и безопасност
Професионално направление:Национална сигурност
Специалност:Защита на националната сигурност
Образователно-квалификационна степен :бакалавър

ОПИСАНИЕ НА ЛЕКЦИОНЕН КУРС

1. Наименование на курса: Спорт-Лична защита I ч.
2. Код на курса: SPO 1014
3. Вид на курса: задължителен
4. Ниво: бакалавър
 5. Година на изучаване: първа
 6. Семестър: първи, втори
7. Брой кредити: 6
8. Име на лектора: доц. д-р Огнян Къчев, доц. Димитър Узунов, доц.д-р Тодор Тодоров, ас.Катерина Чонгова
9. **Резултати от обучението за дисциплината** – специализирано обучение за придобиване, усъвършенстване и поддържане на общата физическа подготовка за ефективни и адекватни действия по лична защита в професионално-приложен аспект.
- 10.Начин на преподаване - директно
- 11.Предварителни изисквания - от обучаемите се изисква притежаването на добра физическа дееспособност и двигателна култура
12. Съдържание на курса (анотация) – в учебната дисциплина Спорт-лична защита I ч. (ОФП) се развиват и усъвършенстват основните двигателни качества – сила, бързина, издръжливост, ловкост и гъвкавост чрез физически упражнения в движение и на място.
13. **Библиография**
 - Честърман Б, Уилингъм Б., «Джудо» ,2007
 - Георгиев П., Хосе Мария Бенито Гарсия, Петров Т., Бачев В., „Полицейска лична защита”, С, 2005
 - Малчев М. и колектив, Туризм, алпинизъм и ориентиране. ISBN 978-954-400-583-2, с.212, изд.Фабер, В.Т., 2011
 - Илиев И., Чонгова К., Фитнесът като индивидуална изява на съвременния човек, изд. Авангард Прима, ISBN 978-954-323-625-1, с.140, С., 2010
 - Къчев О., Въведение във фитнеса, ВСУ “Черноризец Храбър”, В, 2004
 - Желязков Ц., „Основи на спортната тренировка „, Учебник, НСА Прес, С, 1998
 - Кейносуке Е., Мак Ч., „Карате техники за свободен бой”, С, 2000
 - Кук Х., « Карате», 2007
14. Планирани учебни дейности и методи на преподаване: практически упражнения
15. **Методи и критерии на оценяване:** Оценката по „Спорт-Лична защита I ч.” (ОФП) се сформира от степента на овладяването на компетенциите, уменията и състоянието на физическата дееспособност в практическите упражнения чрез текуща оценка през I семестър и изпит през II семестър. До изпит се допускат студенти, посещавали 75% от лекциите и практическите упражнения по „С-ЛЗ I ч.” (ОФП) в периода на обучение. При успешно положен изпит на тестова батерия за физическа дееспособност по „С-ЛЗ I ч.” (ОФП) студентите получават 6 кредита.
16. Език на преподаване: български
17. Практика: