

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Гимнастика

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Гимнастика» реализуется в соответствии с требованием ФГОС ВО, ОПОП и Учебного плана по направлению 49.03.01 Физическая культура (профиль Спортивная тренировка) и включена в обязательную часть. Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения педагогической и тренерской практики.

2. Объем дисциплины: 83Е

3. Содержание дисциплины: Целями освоения дисциплины (модуля) Гимнастика в соответствии с профессиональным стандартом 05.003 «Тренер», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 года №191н., являются формирование систематизированных знаний студентов в области теории и методики гимнастики.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- понятия и терминологию общеразвивающих и прикладных видов гимнастики;
- основные средства и методы общеразвивающих и прикладных видов гимнастики;
- основы техники гимнастических упражнений и методику обучения;
- основные формы организации, содержание и методику проведения;
- основные методы и приемы регулирования физической нагрузки;
- основные положения о проведении соревнований.
- основные средства и методы восстановления работоспособности;
- основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой;
- содержание, формы, методы планирования занятий гимнастикой в школе;
- факторы риска, методы профилактики травматизма в процессе занятий гимнастикой;
- методы и организацию комплексного контроля при занятиях гимнастикой;

уметь:

- рационально использовать систему средств, методов и методических приемов для решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и спортивных задач в учебно-тренировочном процессе;
- правильно определять объем физической нагрузки;
- осуществлять различные формы текущего контроля.
- выполнять учебные комбинации в соответствии с требованиями техники и гимнастического стиля;
- применять на практике основные средства восстановления работоспособности;
- формулировать конкретные задачи преподавания гимнастики в учреждениях системы среднего общего полного образования, разным группам населения с учетом их состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической подготовленности;
- подбирать и применять на занятиях гимнастикой адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса;
- оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику гимнастических упражнений, определять причину ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;
- планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;

- формировать потребность введения здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям гимнастикой.

владеть:

- практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика» ;
- применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
- рациональной организации и проведения занятий и соревнований по гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- рациональной организации и проведения занятий и соревнований по гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
- применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепление здоровья занимающихся, формирование здорового образа жизни на основе потребности в физической активности;
- анализа и коррекции техники двигательных действий для эффективного обучения им;
- планирование и проведения мероприятий по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи. (ОПК-2, ОПК-3, ОПК-4, ОПК-6, ОПК-7, ОПК-8, ПК-4).

5. Форма контроля: экзамен.

6. Разработчик: Глухарев А.Н.