

**Частная образовательная организация
высшего образования
«СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
(ЧОО ВО СПИ)**

КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН



АННОТАЦИЯ

к рабочей программе дисциплины
«Атлетическая гимнастика»

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) **Б.1В.ДВ.8.1**

**НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ 44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ, ПРОФИЛЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Год начала подготовки по УП - 2014

Дербент 2018

Цель курса:

Целями освоения дисциплины «Атлетическая гимнастика» являются: вооружить студентов знаниями, умениями, навыками в области атлетической гимнастики, воспитании физических, нравственных, волевых качеств, формирование целостного представления о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре

Задачи курса:

Рассмотреть систему методов, позволяющих с помощью упражнений силового характера целенаправленно воздействовать на формирование пропорций тела, укрепления мускулатуры, развитие силы, а также избежать, отрицательного воздействия, чрезмерных нагрузок;

- ознакомить студентов с упражнениями, выполняемыми с различными видами отягощений (гантели, гири, штанга, эспандер, тренажеры, и.т.д.)
- ознакомить студентов с комплексом упражнений, выполняемых для различных групп мышц (трицепс, бицепс, мышц груди и. т.д.)

Бакалавр по направлению подготовки **44.03.01 Педагогическое образование** готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- педагогическая;
- культурно-просветительская

Место дисциплины в структуре ОПОП подготовки бакалавра:

Дисциплина относится к вариативной части дисциплины по выбору Б1.В.ДВ подготовки студентов по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиль «Физическая культура». Дисциплина реализуется в ЧО ВОО СПИ на кафедре гуманитарных дисциплин.

Требования к результатам освоения дисциплины: студент должен

знать:

- историю развития атлетизма в России;
- правила страховки и само страховки;
- санитарно-гигиенические требования;
- гигиену, закаливание, режим дня, питание;
- роль физической культуры в укреплении и закаливании человека;
- краткие сведения о строении и функциях организма;
- об анатомическом строении человека;

иметь навыки:

- воспитать стремление к здоровому образу жизни.
- повысить общую и специальную выносливость обучающихся.
- развить коммуникабельность обучающихся, умение работать и жить в коллективе.
- развить чувство патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.

Профильной для данной дисциплины является профессиональная деятельность бакалавров.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- применяет на практике основные учения в области физической культуры (СК-1)
- способен реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида (СК-2)

Общая трудоемкость дисциплины составляет: 108 часов

