

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

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**АННОТАЦИЯ**  
к рабочей программе дисциплины  
**«Армспорт»**

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) **Б.1В.ДВ.8.2**

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

**Год начала подготовки по УП - 2014**

**Дербент 2018**

## **Б.1В.ДВ.8.2 Армспорт.**

**Цели дисциплины:** ознакомить с видом спорта, методикой тренировки и организацией соревнований.

### **Задачи дисциплины:**

обучить студентов с использованием средств Армрестлинга в системе спортивной тренировки и физического воспитания различных групп занимающихся;

научить разбираться в организации и проведении соревнований по Армрестлингу

ознакомить с методикой тренировки АРМ борцов. Требования к уровню освоения содержания дисциплины Программный материал по курсу «Армрестлинг» направлен на формирование у будущих специалистов знаний, представлений, умений и навыков проведения тренировочного процесса в данном виде спорта. Применение рациональных средств форм и методов развития физических качеств, формирования рациональной структуры движений, освоения методики тренировки и проведения соревнований с различными категориями спортсменов.

Студент должен

### **знать:**

- предмет, историю и специфичную проблематику вида спорта, терминологию, биомеханические характеристики двигательных действий спортсменов, основы становления спортивно технического мастерства в АРМ спорте, методику тренировки и организации соревнований, правила соревнований в АРМ спорте.

### **уметь:**

- формулировать и ставить конкретные цели и задачи в методике тренировки АРМ борцов,
- осуществлять организацию и проведение соревнований по Армрестлингу.

### **владеет навыками:**

- студенты обладают навыками обучения, необходимыми для усвоения знаний, навыков и умений по дисциплине, а также для получения дальнейшего образования

### **- 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)

## **Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:**

- Изучению дисциплины предшествуют: «Основы мед знаний и здорового образа жизни», «Основы спец педагогики и психологии», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Биомеханика», «Гигиена физического воспитания и спорта», «Спортивная метрология». Полученные знания закладывают представления о структуре физкультурно-спортивной деятельности, об основных закономерностях физического развития человека, механизмах физиологических процессов организма.
- Программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на подготовку спортсменов массовых разрядов, а так же на оздоровление и физическое развитие детей. В процессе общефизической подготовки спортсменов изучают теоретические материалы по данному разделу программы: общая физическая подготовка юных рукоборцов и ее роль в процессе учебных занятий. Понятия качеств общей физической подготовки. Знание основ рекреационной физической культуры дает бакалавру грамотно организовать учебный и трудовой процесс, поддерживать высокий уровень физических кондиций и работоспособность.

**Краткое содержание дисциплины:**

Наименование тем блока (раздела) дисциплины	Лекции	Практические занятия	СРС	Всего	Компетенции
Армрестлинг как вид спорта.		2	8	11	СК-1, СК-2
История развития, современное состояние Армрестлинга.	2		16	19	СК-1, СК-2
Методика спортивной тренировки АРМ борцов.		2	14	18	СК-1, СК-2
Общая и специальная физическая подготовка в Армрестлинге.		2	12	14	СК-1, СК-2
Подготовка, организация и проведение соревнований по Армрестлингу.		2	12	15	СК-1, СК-2
Правила соревнований и судейство.			15	19	СК-1, СК-2
Оборудование и инвентарь для занятий Армрестлингом.		2	10	13	СК-1, СК-2

**Общая трудоемкость дисциплины: 108 часов.**