

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

**КАФЕДРА ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН**



**АННОТАЦИЯ**

к рабочей программе  
дисциплины «**Теория и методика гимнастики**»

индекс по ФГОС ВО (учебному плану) – **Б1.В.ОД.17**

Направление подготовки 44.03.01. Педагогическое образование,  
профиль «Физическая культура»

**Год начала подготовки по УП- 2014**

**Дербент 2018**

**Цели курса:**

- формирование систематизированных знаний в области теории и методики гимнастики;
- воспитание физических, нравственных, эстетических, волевых качеств;
- формирование целостного представления о профессиональной деятельности преподавателя.

**Задачи курса:****Место дисциплины в структуре ОПОП подготовки бакалавра:**

Дисциплина «Теория и методика гимнастики» является дисциплиной вариативной части Б1.В по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» профиль Физическая культура. Дисциплина изучается на кафедре естественнонаучных и социально-экономических дисциплин.

Освоение данной дисциплины является основой для последующего прохождения педагогической практики.

Курс «Теория и методика гимнастики» тесно связан с учебными дисциплинами естественнонаучного характера (анатомия, физиология, биомеханика и др.). Анатомия (тема: строения тела человека, сердечнососудистая система, нервная система, внутренние органы), физиология (тема: физиологические процессы организма), биомеханика (тема: моделирование движений человека).

Курс «Теория и методика гимнастики» тесно связан с дисциплиной Теория и методика физической культуры и спорта (ТиМФКиС) (тема: принципы и методы обучения, планирование.)

В процессе обучения преподаватель опирается на дисциплину физическая культура которая была освоена студентами в общеобразовательной школе.

Учебная работа проводится в форме теоретических, методических и практических занятий с применением ТСО, учебной практики и самостоятельной работы.

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

***Знать:***

- историю развития гимнастики как жизненно необходимого навыка, вида спорта, а также как вида физических упражнений, имеющего оздоровительное и прикладное значение;
- основы техники гимнастических упражнений;
- основные этапы, принципы, средства и методы обучения техники гимнастических упражнений;
- основы теории и методики преподавания гимнастики;
- приёмы общения с занимающимися на занятиях гимнастикой;
- Основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой;
- содержание, формы, методы планирование занятий гимнастикой в школе;
- факторы риска, методы профилактики травматизма в процессе занятий гимнастикой;
- методы и организацию комплексного контроля при занятиях гимнастикой;
- правила соревнований по гимнастике.

***Уметь:***

- формулировать конкретные задачи преподавания гимнастики в учреждениях системы среднего общего полного образования, разным группам населения с учётом 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 приёмы 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** навыками:

- 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;
- 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.

**Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:**

- готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1)
- способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2)
- способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеурочной деятельности (ПК-3)

**Краткое содержание дисциплины:**

Научно-теоретические основы гимнастики. Виды гимнастики. Гимнастическая терминология. ОРУ, строевые упр. Перекладина, конь- махи, опорный прыжок, бревно. ОРУ, строевые упр. акробатика, брусья, кольца, брусья Р/В. Основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям. Организация и содержание занятий гимнастикой в общеобразовательной школе. ОРУ, строевые упр. Перекладина, конь- махи, опорный прыжок, бревно. ОРУ, строевые упр. акробатика, брусья, кольца, брусья Р/В. Методика обучения гимнастическим упражнениям. Основы спортивной тренировки в гимнастике. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю, предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой. Организация и проведение соревнований по гимнастике. ОРУ, строевые упр. Перекладина, конь- махи, опорный прыжок, бревно. ОРУ, строевые упр. акробатика, брусья, кольца, брусья Р/В.

**Общая трудоемкость дисциплины:** 252 часа, 8 зачетных единиц.