

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**  
**(СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА)**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки  
**49.03.01 – Физическая культура**

Квалификация - Бакалавр  
Форма обучения – очная/заочная

## **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Рабочая программа учебной дисциплины «Дисциплины по физической культуре и спорту» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **49.03.01 – Физическая культура** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является повышение уровня общей физической подготовленности, выполнение нормативов комплекса ГТО и выполнение массовых разрядов по гимнастическим видам спорта.

### **1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по направлению подготовки **49.03.01 – Физическая культура** должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и основной профессиональной образовательной программы:

*педагогическая деятельность:*

- способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;
- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся;
- обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

*тренерская деятельность:*

- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции.

### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:**

Дисциплина относится к Блоку 1. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-5 семестрах по очной форме обучения, на 1-6 семестрах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет* (очная форма обучения 2,4,5 семестры; заочная форма обучения 2,4,5,6 семестры). Для успешного освоения дисциплины требований к входным знаниям, умениям и компетенциям студента, полученных в структуре данной ОПОП нет.

### **1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**а) общекультурные (ОК):**

- способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности **(ОК –8)**.

**1.4.2.** В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Средства избранного вида спорта и видов гимнастики для развития физических качеств</li> <li>✓ Классификационные требования различных видов гимнастики (для выполнения массовых разрядов)</li> <li>✓ Виды испытаний для выполнения нормативов гимнастической составляющей комплекса ГТО для своей возрастной группы</li> </ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Разрабатывать и проводить упражнения для повышения уровня общей физической подготовленности, конкретно для каждого физического качества</li> <li>✓ Дозировать нагрузку в процессе проведения упражнений по ОФП с различным контингентом</li> <li>✓ Выполнять упражнения, предусмотренные для сдачи нормативов по ОФП</li> <li>✓ Выполнять упражнения гимнастической составляющей комплекса ГТО для своей возрастной группы</li> <li>✓ Выполнять элементы, необходимые для выполнения разрядных требований по различным видам гимнастики (кроме ИВС)</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Средствами гимнастических видов спорта, направленными на развитие физических качеств с учетом возраста, пола, спортивной специализации и уровня подготовленности занимающихся</li> <li>✓ Соревновательными комбинациями для выполнения разрядных требований по различным видам гимнастики (кроме ИВС)</li> <li>✓ Опытном выполнении нормативов по ОФП</li> <li>✓ Опытном выполнении нормативов гимнастической составляющей комплекса ГТО для своей возрастной</li> </ul>

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры					
		I	II	III	IV	V	
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>	
В том числе:							
Лекции							
Практические занятия (ПЗ)		<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>	
Семинары (С)							
Вид промежуточной аттестации (зачет)			<b>3</b>		<b>3</b>	<b>3</b>	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>62</b>	<b>82</b>	<b>40</b>
	<b>Зачетные единицы</b>	<b>9</b>					

#### *заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры					
		I	II	III	IV	V	VI
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>40</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
В том числе:							
Лекции							

Практические занятия (ПЗ)	40	6	6	6	6	8	8
Семинары (С)							
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>280</b>	<b>56</b>	<b>56</b>	<b>42</b>	<b>56</b>	<b>42</b>	<b>28</b>
В том числе:							
Подготовка к текущим контролям		56	46	42	46	32	18
Подготовка к зачету			10		10	10	10
Вид промежуточной аттестации (зачет)			3		3	3	3
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>328</b>	<b>62</b>	<b>62</b>	<b>48</b>	<b>62</b>	<b>50</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>9</b>					