

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА (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 «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная гимнастика)» составлена в соответствии с учебным планом подготовки **бакалавров** по направлению подготовки 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 освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области спортивной тренировки в избранном виде спорта (спортивная гимнастика), формировании комплекса базовых профессионально-педагогических знаний, умений и навыков тренера по спортивной гимнастике и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная гимнастика)» 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 профилем подготовки:

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;

Подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;

Осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;

Организационно-управленческая деятельность:

Организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;

Организовать работу малых коллективов исполнителей;

Работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере физической культуры и спорта;

Соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий;

Научно-исследовательская деятельность:

Выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;

Проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик;

Осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1, базовой части – Б.1.Б.27. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1-3 курсах по очной форме обучения, на 1-4 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет (1 и 3 семестры – очно, 1, 3, 5 и 7 - заочно), экзамен (2, 4 и 5 семестры – очно, 2, 4, 6 и 8 - заочно).

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: Естественно-научные основы ФКиС, Анатомия человека (дисциплины изучаются параллельно).

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

А) общекультурные компетенции (ОК): ОК-8.

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

Б) общепрофессиональные (ОПК): ОПК-3; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-11.

- способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки **(ОПК-3);**

- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений **(ОПК-5);**

- способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста **(ОПК-6);**

- способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь **(ОПК-7);**

- способностью организовывать и проводить соревнования, осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта **(ОПК-8);**

- способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик **(ОПК-11).**

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	Санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3, ОПК-7)
	Историю избранного вида спорта (ОК-8)
	Принципы и методы физического воспитания различных контингентов населения, основы теории и методики обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (ОК-8, ОПК-3, ОПК-6)
	Особенности спортивной гимнастики как спортивно-педагогической дисциплины (ОПК-3)
	Специфику деятельности тренера по спортивной гимнастике (ОК-8)
	Способы формирования мотивации у детей и молодежи к занятиям избранным видом спорта, воспитания у занимающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции (ОПК-6)
	Основы отбора в спортивную гимнастику (ОПК-5)

	Организационно-методические основы юношеского спорта и систему подготовки резерва в избранном виде спорта (ОПК-3, ОПК-5, ОПК-6)
	Гимнастическую терминологию (ОПК-3)
	Материально-техническое обеспечение занятий спортивной гимнастикой (ОПК-3)
	Основы методики развития кондиционных и координационных способностей (ОПК-3, ОПК-5)
	Основы техники и методики обучения гимнастическим упражнениям (ОПК-3)
	Основы спортивной тренировки в спортивной гимнастике (ОПК-3)
	Правила соревнований по спортивной гимнастике и основы судейства (ОПК-8)
	Основные документы для проведения соревнований (ОПК-8)
	Технику безопасности при проведении занятий по спортивной гимнастике (ОПК-7)
	Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности (ОПК-7)
	Актуальные проблемы в сфере физической культуры и избранного вида спорта (ОПК-11)
	Технологию проведения научных исследований в спортивной гимнастике (ОПК-11)
Уметь:	Использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам (ОК-8)
	Использовать знания основных законов естественнонаучных дисциплин для объяснения техники элементов и проведения учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике (ОК-8)
	Определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность (ОПК-5)
	Определять общие и конкретные (частные) задачи спортивной подготовки (УТЗ) (ОПК-3, ОПК-5)
	Использовать в своей деятельности профессиональную лексику (ОПК-3, ОПК-6)
	Использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий (ОПК-3)
	Объяснять технику гимнастических упражнений, включенных в программу (ОПК-3, ОПК-5)
	Подбирать средства, методы и методические приемы обучения гимнастическим упражнениям с учетом готовности гимнастов (ОПК-5, ОПК-6)
	Демонстрировать гимнастические упражнения, включенные в программу (ОПК-3)
	Находить ошибки, определять их причины при исполнении гимнастических упражнений и устранять их (ОПК-7)
	Подбирать адекватные средства и методы развития кондиционных и координационных способностей (ОПК-3)
	Использовать стандартное и дополнительное оборудование в учебно-тренировочном процессе гимнастов (ОПК-3, ОПК-5)
	Использовать средства основной гимнастики и различных видов подготовки в учебно-тренировочных занятиях с юными гимнастами (ОПК-3, ОПК-5, ОПК-6)
	Проводить учебно-тренировочные занятия (фрагмент УТЗ) занятия, в том

	числе под музыкальное сопровождение (этапы начальной подготовки и углубленной специализации) (ОПК-3)
	Определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования (ОПК-7, ОПК-8)
	Определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития (ОПК-6)
	Записывать элементы на видах многоборья с помощью символов (ОПК-8)
	Проводить и судить соревнования по спортивной гимнастике (ОПК-8)
	Проявлять требовательность и быть последовательным в решении педагогических задач (ОПК-11)
	Подбирать методы научно-педагогических исследований согласно поставленной цели и задачам (ОПК-11)
	Организовывать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности (ОПК-11)
	Обобщать информацию и формулировать выводы по результатам научных исследований (ОПК-11)
	Анализировать результаты исследований и использовать их в профессиональной деятельности (ОПК-11)
Владеть:	Различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности (ОПК-6)
	Приемами помощи и страховки (ОПК-7)
	Техническими элементами базовых видов спорта и избранного вида спорта, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов (ОПК-5)
	Гимнастической терминологией (ОПК-3, ОПК-6)
	Командным голосом (ОПК-6)
	Техникой универсальных базовых навыков и профилирующих элементов на видах многоборья (ОПК-3, ОПК-5)
	Методами и приемами обучения гимнастическим упражнениям и исправления ошибок (ОПК-7)
	Синхронной записью символами выполняемых гимнастами элементов упражнений (ОПК-8)
	Приемами помощи и страховки (ОПК-7)
	Способами организации группы (ОПК-7)
	Методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (методами педагогических исследований в спортивной гимнастике). (ОПК-11)
	Навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники (для проведения исследований и обработки его результатов) (ОПК-11)

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры				
		I	II	III	IV	V
Аудиторные занятия (всего)	520	88	144	88	144	56
В том числе:						

Лекции	38	10	8	6	6	8	
Практические занятия (ПЗ)	434	72	132	54	138	38	
<i>В том числе в интерактивной форме: деловые и ролевые игры.....</i>	220	28	46	34	72	40	
Семинары (С)	48	6	4	28	0	10	
Самостоятельная работа (всего)	236	56	36	56	36	52	
В том числе:							
Курсовой проект (работа), (к – защита курсовой работы)		-	11	8	9	8к	
Изучение теоретического материала		38	-	16	-	-	
Подготовка к проведению фрагмента занятия			-	-	-	-	
Творческое задание		2	-	-			
Реферат		3	3	-	-	-	
Подготовка к письменной работе		4	6	6	10	14	
Письменная работа (разработка конспекта)		4	-	5	-	8	
Подготовка к теоретическому опросу		-	5	9	-	-	
Подготовка к практической демонстрации ППУ при проведении комплексов упражнений				6	5	6	
Вид промежуточной аттестации (з-зачет, э-экзамен)		5з	10э	5з	10э	22э	
Общая трудоемкость	часы	756	144	180	144	180	108
	зачетные единицы	21	9	9	9	3	

*- *интерактивные занятия – 74 часа*

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры							
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Аудиторные занятия (всего)	96	12	12	12	12	12	12	12	12
В том числе:									
Лекции	28	4	2	6	4	4	-	2	6
Семинары (С)	36	4	4	4	4	6	6	4	4
Практические занятия (ПЗ)	32	4	6	2	4	2	6	6	2
<i>В том числе в интерактивной форме: деловые и ролевые игры.....</i>	34	2	4	6	4	2	6	6	4
Самостоятельная работа (всего)	660	78	78	78	78	78	114	78	78
В том числе:									
Курсовой проект (работа), (к – защита курсовой работы)		-	-	22	-	18	20 к	-	-
Реферат		5	3	4	-	-	-	5	-
Разработка профессиограммы специалиста по гимнастике		-	-	3	-	-	-	-	-
Творческое задание		2	-	-	-	-	-	-	-
Теоретическое изучение материала		10	11	2	10	16	12	17	14
Разработка конспектов		6	8	12	3	15	20	20	2
Наблюдение за УТП гимнастов, тренирующихся у ведущих тренеров СПб (посещение тренировок, уроков хореографии и соревнований)		20	-	10	5	20	-	25	6
Подготовка к практической демонстрации ППУ, техники гимн.		-	-	20	-		6		

упр.									
Подготовка к устному и письменному опросу		30	-	-	4	4	-	6	-
Контрольная работа		-	20	-	20	-	20	-	20
Вид промежуточной аттестации (з - зачет, э - экзамен)		5 з	36э	5 з	36э	5 з	36э	5 з	36э
Общая трудоемкость: часы зачетные единицы	756	90	90	90	90	90	126	90	90
	21	5	5	5	6	5			

**- интерактивные занятия – 16 часов*