

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского»**

**Образовательная программа**

Направление: 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки)  
Профиль: «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности»  
Квалификация: Бакалавр  
Форма обучения: очная  
Срок обучения: 5 (лет)

Год начала подготовки: 2016 г.

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«Гимнастика»**

**1. Цель дисциплины:**

Освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины «Гимнастика».

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Дисциплина реализуется в рамках вариативной части профессионального цикла ОП бакалавриата по направлению «Физическая культура и безопасность жизнедеятельности».

**3. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Выпускник программы бакалавриата должен обладать следующими компетенциями:

<b>Коды</b>	<b>Содержание компетенций</b>
ОК-8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
ПК-1	готовностью реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

В результате изучения дисциплины студент должен:

**знать:**

технику гимнастических элементов и методику обучения двигательным действиям; задачи, виды и структуру уроков по гимнастике в общеобразовательных учреждениях, формы организации занятий гимнастикой; современные методы и технологии обучения, а также вопросы диагностики качества выполнения гимнастических упражнений.

**уметь:**

образцово показывать строевые и общеразвивающие упражнения, уверенно выполнять комбинации на гимнастических снарядах в объеме требований школьной программы;

проводить урок по гимнастике в общеобразовательных учреждениях на основе разработанного плана-конспекта управлять физической нагрузкой, обеспечивать меры безопасности;

оценивать качество выполнения упражнений на основе использования современных методов и технологии обучения и диагностики.

**Владеть:**

основными гимнастическими упражнениями на уровне технически правильного показа, а также приемами объяснения, демонстрации основных и вспомогательных элементов упражнения;

определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, объективно оценивать результат выполнения поставленных задач урока;

методикой обучения гимнастическим упражнениям различных категорий занимающихся на основе использования современных методов и технологии обучения и диагностики.

**4. Общая трудоемкость дисциплины** составляет 8 зачетных единиц (288 часов). В том числе контактная работа 133 часа. Из них: аудиторная - 130 ч.; самостоятельная работа - 155 ч.; КСР - 3 ч.

**5. Семестры:**

Семе стр	Трудоемкость												Контроль		
	Зач. ед.	Часов всего	Контактная работа	Лекции		Практ. групп. и семинары		Практ. мал.гр. и лаб. занятия		Индивид. занятия		Самостоятельная работа	Контрольные	Зачет, зачет с оценкой экзамен	Курсовые работы
				Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР	Ауд.	КСР				
1	1	36	34,6	4			0,6	30				1,4	-	-	-
2	3	108,5	36,5	2			0,3	34			0,2	72	-	зачет	-
3	2	72,3	28,3	2			0,3	26				44	-	-	-
4	2	72,1	34,1	2			1,8	30			0,3	38	-	экзамен	-
<b>итого</b>	<b>8</b>	<b>288</b>	<b>133</b>	<b>10</b>			<b>3,0</b>	<b>120</b>			<b>0,5</b>	<b>155</b>			

**6. Основные разделы дисциплины:** музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика; упражнения гимнастического многоборья; организация и методика занятия гимнастикой в общеобразовательной школе; гимнастические упражнения: основы техники, структура, дидактика; организация и проведение соревнований по гимнастике.

**7. Автор:** Панова Ирина Петровна, доцент кафедры спортивных дисциплин, кандидат педагогических наук, доцент