

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Ермакова Виктория Павловна

Должность: Директор школы авангардного гостеприимства и инноваций (ШАГИ)

Сочи), проректор

Дата подписания: 03.06.2026 17:33:44

Уникальный программный ключ:

e54076e55b73117661ddd57c83d3b08d1fdef5de

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сочинский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Декан СПФ Иванов И.А.

« 30 »



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Атлетическая гимнастика и методика преподавания

Шифр и направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Профиль подготовки бакалавра Спортивная тренировка

Форма обучения заочная

Выпускающая кафедра Физической культуры и спорта

Кафедра-разработчик рабочей программы Физической культуры и спорта

Курс	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	Лаборат. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	КРЗ	Форма промежуточног о контроля (экз./зачет)
ЗФО								
5	108/3	6	6	-	92	-	+	Зачет (4)
Итого:	108/3	6	6	-	92	-	+	Зачет (4)

Сочи 2019 г.

Рабочая программа по дисциплине «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО 3++ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 19.09.2017 г. № 940

Рабочую программу составила: Лактионова Э.Г., к.п.н., доцент



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

на заседании кафедры

Протокол № 1 от «29» 08 2019 г.

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

Руководитель ОПОП



И.Н. Овсянникова

Рабочая программа одобрена на заседании Учебно-методического совета направления

(указывается наименование совета направления)

Протокол № 1 от «29» 08 2019 г.

Председатель УМСН



И.А. Иванов

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям

Отдел качества образования и
методического обеспечения



В.В. Васильченко

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020/2021 учебный год, протокол № 7 заседания кафедры от «17» марта 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

5.3 Особенности преподавания дисциплины

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2020-2021 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «30» июня 2020г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Без внесения изменений.

Заведующий кафедрой



Г.М. Коновалова

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2021/2022 учебный год, протокол № 10 заседания кафедры от «14» 07 2020 г. В программу внесены дополнения и (или) изменения:

Дополнений и изменений нет.

/ Заведующий кафедрой

Ю. Вр - Рогачевская Ю. А.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2022/2023 учебный год на заседании кафедры, протокол заседания кафедры №1 от 29.08.2021 г. Дополнений и изменений нет.

зав. кафедрой  А.В. Полякова

Рабочая программа переутверждена на 2023/2024 учебный год на заседании кафедры, протокол заседания кафедры №6 от 29.02.2023 г. Дополнений и изменений нет.

зав. кафедрой  А.В. Полякова

Рабочая программа переутверждена на 2024/2025 учебный год на заседании кафедры ФКиС, протокол заседания кафедры №5 от 31.01.2024 г. Дополнения и изменения не вносились.

зав. кафедрой  А.В. Полякова

Рабочая программа переутверждена на 2025/2026 учебный год на заседании кафедры ФКиС, протокол заседания кафедры №9 от 13.05.2025 г. Дополнения и изменения не вносились.

зав. кафедрой  А.В. Полякова

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО	5
3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4.1 Тематический план дисциплины	8
4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	13
4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине	15
5 УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ	16
5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины	16
5.2 Организация самостоятельной работы студента (СРС) по дисциплине	16
5.3 Образовательные технологии	17
5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	17
5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины	18
Приложение. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью дисциплины «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» является овладение теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, необходимыми для формирования у студентов осознанного отношения к занятиям по атлетической гимнастике, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Расширить и углубить знания учащихся в области анатомии и функциональных возможностях организма человека, физической подготовленности.
2. Обучить технике выполнения упражнений в тренажерном зале, принципам и приемам самоконтроля и принципам построения тренировки.
3. Обучить основам гигиены при занятиях спортом, при работе в тренажерном зале, а также правилам техники безопасности.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» является дисциплиной обязательной части блока Б1.

Таблица 1

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины
Общепрофессиональные компетенции			
Планирование	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Анатомия человека; Физиология человека; Теория и методика физической культуры; Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Психология физической культуры и спорта; Биохимия спорта; Плавание и методика преподавания; Ознакомительная практика.	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции
Обучение и развитие	ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	Теория и методика физической культуры; Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Водные виды рекреации; Туризм и методика преподавания; Единоборства и методика преподавания; Ознакомительная практика.	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	Гимнастика и методика преподавания; Легкая атлетика и методика преподавания; Спортивные игры и методика преподавания; Водные виды рекреации; Подвижные игры и	Нет, так как дисциплина завершает формирование компетенции

		методика преподавания; Туризм и методика преподавания; Единоборства и методика преподавания; Плавание и методика преподавания; Ознакомительная практика.	
--	--	--	--

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 2

Компетенции и индикаторы их достижения			В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:
Категория компетенции	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
Общепрофессиональные компетенции			
Планирование	ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1 Знает и способен применять на практике современные формы и способы планирования как инструмента оптимального построения содержания занятий	<i>Знать:</i> , современные формы и способы планирования как инструмента оптимального построения содержания занятий (З-ОПК-1.1) <i>Уметь:</i> составлять документы оперативного, текущего и перспективного планирования (У-ОПК-1.1) <i>Владеть:</i> технологией практической реализации документов планирования (Н-ОПК-1.1)
		ОПК-1.2 Применяет знания анатомо-морфологических, физиологических и психологических особенностей организма занимающихся	<i>Знать:</i> анатомо-морфологические, физиологические и психологические особенности организма занимающихся (З-ОПК-1.2) <i>Уметь:</i> планировать содержание занятий с учетом анатомо-морфологических, физиологических и психологических особенностей организма занимающихся (У-ОПК-1.2) <i>Владеть:</i> навыками проведения занятий с учетом анатомо-морфологических, физиологических и психологических особенностей организма занимающихся (Н-ОПК-1.2)
		ОПК-1.3 Учитывает возрастные и половые особенности при планировании и проведении различных форм занятий	<i>Знать:</i> возрастные и половые особенности занимающихся (З-ОПК-1.3) <i>Уметь:</i> планировать занятия с учетом возрастных и половых особенностей занимающихся (У-ОПК-1.3) <i>Владеть:</i> различными формами проведения занятий с учетом возрастных и половых особенностей занимающихся (Н-ОПК-1.3)

Обучение и развитие	ОПК-4 Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности	<i>Знать:</i> принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности (З-ОПК-4.1) <i>Уметь:</i> применять принципы, методы и средства проведения тренировочных занятий различной направленности (У-ОПК-4.1) <i>Владеть:</i> педагогическими технологиями проведения занятий различной направленности (Н-ОПК-4.1)
		ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки	<i>Знать:</i> основные виды спортивной подготовки (З-ОПК-4.2) <i>Уметь:</i> выбирать основные виды спортивной тренировки, в зависимости от этапов подготовки (У-ОПК-4.2) <i>Владеть:</i> способами практическими навыками проведения тренировочных занятий (Н-ОПК-4.2)
		ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта	<i>Знать:</i> основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта (З-ОПК-4.3) <i>Уметь:</i> планировать и организовывать проведения соревнований в избранном виде спорта (У-ОПК-4.3) <i>Владеть:</i> технологиями планирования и организацией проведения соревнований в избранном виде спорта (Н-ОПК-4.3)
Организационно-методическое обеспечение	ОПК-13 Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня	<i>Знать:</i> основы планирования и организации соревнований, различного уровня (З-ОПК-13.1) <i>Уметь:</i> планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня (У-ОПК-13.1) <i>Владеть:</i> технологиями планирования и организацией проведения соревнований различного уровня (Н-ОПК-13.1)
		ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта	<i>Знать:</i> правила соревнований по избранному виду спорта (З-ОПК-13.2) <i>Уметь:</i> осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта (У-ОПК-13.2) <i>Владеть:</i> навыками организации проведения соревнований по

		избранному виду спорта (Н-ОПК-13.2)
	ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга.	<i>Знать:</i> особенности организации судейства и проведение соревнований различного ранга по избранному виду спорта (З-ОПК-13.3) <i>Уметь:</i> осуществлять организацию и судейство соревнований различного ранга по избранному виду спорта (У-ОПК-13.3) <i>Владеть:</i> навыками организации проведения соревнований различного ранга по избранному виду спорта (Н-ОПК-13.3)

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Тематический план дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов)

Таблица 3

№, темы	Наименование раздел дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы					Контроль
		Всего часов	Лекции	Практические занятия	Лабораторны е работы	СРС	
5 курс							
1	История развития атлети- ческой гимнастики. Правила соревнований в основных видах силовых многоборий.	12	2	-	-	10	-
2	Научно-методические основы и терминология в атлети- ческой гимнастике. Предупреждение травма- тизма на занятиях по атлетической гимнастике.	20	2	-	-	18	-
3	Основы обучения упраж- нениям в атлетической гимнастике.	36	-	4	-	32	-
4	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики.	16	2	2	-	12	-
	Контрольная работа	20	-	-	-	20	-
	Зачет	4	-	-	-	-	4
ВСЕГО:		108	6	6	-	92	4

4.1.1 Лекционные занятия

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объём, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
5 курс					
1	История развития атлетической гимнастики Правила соревнований в основных видах силовых многоборий	2	Атлетическая гимнастика в древнем мире (Египет, Греция, Рим). Этапы развития силовых многоборий в мире, в России. Положение о соревнованиях. Системы проведения соревнований. Судейская коллегия. Определение победителей.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
2	Научно-методические основы и терминология в атлетической гимнастике Предупреждение травматизма на занятиях по атлетической гимнастике	2	Особенности обучения, содержание научных и практических знаний в атлетической гимнастике. Причины возникновения травм: нарушения основных принципов обучения, тренировки и правил организации занятий. Профилактика травматизма.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
3	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики	2	Предупреждение травматизма на занятиях по атлетической гимнастике. Дневник самоконтроля.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		6			

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование модуля, раздела дисциплины	Объём, часов	Краткое содержание занятия	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
5 курс					
1	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Особенности формирования двигательных навыков в атлетической гимнастике. Взаимосвязь знаний, умений, навыков и способностей занимающихся. Методы, приемы и условия обучения. Техники силового тренинга: равномерный метод, максимальный	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

			метод, метод повторных усилий, метод развития силовой выносливости. Упражнения для различных групп мышц.		
2	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики	2	Дневник самоконтроля. Контроль ЧСС: исходный пульс, после разминки, перед "пиковой" нагрузкой и сразу после нее, в конце основной и заключительной части.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		6			

4.1.3 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы, раздела дисциплины	Объем, часов	Вид СРС	Формируемые ЗУН	Ссылки на литературу
<i>5 курс</i>					
1	История развития атлетической гимнастики	4	Тема 1: история развития видов атлетической гимнастики. Популярны виды силовых многоборий, по которым проводятся чемпионаты и первенства мира, включенные в программу Олимпийских игр. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
2	Правила соревнований в основных видах силовых многоборий	6	Тема 2: положение о соревнованиях. Взвешивание участников. Системы проведения соревнований. Судейская коллегия. Экипировка. Определение победителей. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
3	Научно-методические основы и терминология в атлетической гимнастике	6	Тема 3: методика обучения равномерного и максимального методов силового упражнения. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

4	Научно-методические основы и терминология в атлетической гимнастике	6	Тема 4: методика обучения метода повторных усилий, и метода развития силовой выносливости. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
5	Предупреждение травматизма на занятиях по атлетической гимнастике	6	Тема 5: недостаточный медицинский контроль за физическим состоянием, плохое состояние мест занятий, несоответствие формы одежды. Отсутствие страховки, технически неправильное выполнение упражнения. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
6	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 6: комплекс упражнений для мышц груди. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
7	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 7: комплекс упражнений для мышц предплечья. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
8	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 8: комплекс упражнений для мышц бедра и таза. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

9	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 9: комплекс упражнений для мышц шеи и спины. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
10	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 10: комплекс упражнений для двуглавой мышцы плеча. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
11	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 11: комплекс упражнений для трехглавой мышцы плеча. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
12	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 12: комплекс упражнений для мышц брюшного пресса. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
13	Основы обучения упражнениям атлетической гимнастики	4	Тема 13: комплекс упражнений для мышц ног. Техника выполнения и методика обучения. Типичные ошибки в технике и пути их исправления. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]

14	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики	4	Тема 14: гигиенические требования к занятиям по атлетической гимнастике. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
15	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики	4	Тема 15: правила самоконтроля. Дневник самоконтроля. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
16	Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики	4	Тема 16: оказание доврачебной помощи на занятии атлетической гимнастике. Изучение вопросов лекции; изучение теоретического материала по теме; подготовка к зачету.	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
17	Контрольная работа	20	Выполнение контрольной работы	(З-ОПК-1.1,1.2,1.3) (У-ОПК-1.1,1.2,1.3) (Н-ОПК-1.1,1.2,1.3) (З-ОПК-4.1,4.2,4.3) (У-ОПК-4.1,4.2,4.3) (Н-ОПК-4.1,4.2,4.3) (З-ОПК-13.1,13.2,13.3) (У-ОПК-13.1,13.2,13.3) (Н-ОПК-13.1,13.2,13.3)	[1 - 5]
Итого:		92			

4.1.4 Интерактивные формы занятий ОФО

Количество занятий в интерактивной форме не предусмотрено учебным планом.

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1. Литература:

1. Бурмистров В.Н. Атлетическая гимнастика для студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бурмистров В.Н., Бучнев С.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Российский университет дружбы народов, 2012.— 172 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11566.html>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Быченков С.В. Атлетическая гимнастика для студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Быченков С.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 50 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49862.html>.— ЭБС «IPRbooks».

3. Виноградов Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки [Электронный ресурс]: учебник/ Виноградов Г.П., Виноградов И.Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2017.— 408 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63649.html>.— ЭБС «IPRbooks».

4. Витун В.Г. Силовая подготовка студентов в процессе высшего образования [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Витун В.Г., Кабышева М.И.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2014.— 110 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/33655.html>.— ЭБС «IPRbooks».

5. Шаумян С.А. Базовые упражнения для занятий в тренажерном зале [Электронный ресурс]: методические указания/ Шаумян С.А., Хусяйнов З.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательский Дом МИСИС, 2017.— 45 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/80274.html>.— ЭБС «IPRbooks».

4.2.2. Интернет-ресурсы и другие электронные информационные источники

Студентам обеспечивается доступ к базам данных и библиотечным фондам университета. СГУ обеспечивает оперативный обмен информацией с отечественными и зарубежными вузами и организациями с соблюдением требований законодательства Российской Федерации об интеллектуальной собственности и международных договоров Российской Федерации в области интеллектуальной собственности, а также доступ обучающихся к информационным справочным и поисковым системам.

1. Электронная библиотека Сочинского государственного университета : база данных. – Сочи, [2017-]. – URL: <http://lib.suif.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.

2. ScienceDirect : полнотекстовая база данных / издательство Elsevier. – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3. SpringerNature : полнотекстовая база данных / Springer Nature Switzerland AG. Part of Springer Nature. – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. IPRbooks : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». – Саратов, [2010-]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

5. Znanium.com : электронно-библиотечная система / ЭБС Znanium.com, ООО «Научно-издательский центр Инфра-М». – Москва, [2011-]. – URL: <http://znanium.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) : Федеральная государственная информационная система / Министерство Культуры РФ. – Москва, [2004-]. – Режим доступа: <https://rusneb.ru> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

7. Polpred.com Обзор СМИ : электронно-библиотечная система / Г. Вачнадзе, ООО «ПОЛПРЕД Справочники». – Москва, [1997-]. – URL: <https://polpred.com/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

8. КонсультантПлюс : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». – Москва, [1997-]. – Режим доступа: локальная сеть СГУ. – Текст : электронный.

9. КиберЛенинка : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеос». – Электрон. дан. – Москва, [2014-]. – URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Текст : электронный.

10. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). – Москва, [2000-]. – URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 28.08.2019). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

Зав. библиотекой



Е. С. Мысина

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Текущая аттестация по дисциплине осуществляется в форме написания контрольной работы. Форма промежуточной аттестации – зачет.

Содержание текущей аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств (контролирующих материалов), предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС ВО.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- тематику контрольных работ;
- вопросы к зачету.

Вопросы для подготовки к зачету:

1. История развития атлетической гимнастики.
2. Значение атлетических упражнений в жизнедеятельности человека.
3. Понятие «сила» и ее разновидности.
4. Режимы работы мышц в процессе занятий с отягощениями.
5. Общая характеристика методов воспитания силовых способностей.
6. Методика развития силовых качеств с использованием средств атлетической гимнастики.
7. Методика развития скоростно-силовых качеств с использованием средств атлетической гимнастики.
8. Методика развития силовой выносливости и ее разновидностей с использованием средств атлетической гимнастики.
9. Виды тренажеров, используемых в атлетической гимнастике.
10. Классификация силовых упражнений по степени воздействия на организм.
11. Характеристика специально-подготовительных упражнений в силовых видах спорта.
12. Общая характеристика нагрузки и ее показателей в атлетической гимнастике.
13. Способы повышения объема нагрузки в атлетической гимнастике.
14. Способы повышения интенсивности нагрузки в атлетической гимнастике.
15. Факторы, влияющие на развитие силы мышц.
16. Темп выполнения силовых упражнений. Стили выполнения силовых упражнений, их сравнительная характеристика.
17. Продолжительность интервалов отдыха между упражнениями и сериями, его влияние на решение различных задач силовой подготовки.
18. Мышцы, работающие при выполнении атлетических упражнений. Антагонисты, синергисты.
19. Упражнения для мышц груди. Техника выполнения и методика обучения.
20. Упражнения для мышц предплечья. Техника выполнения и методика обучения.
21. Упражнения для мышц бедра и таза. Техника выполнения и методика обучения.
22. Упражнения для мышц шеи. Техника выполнения и методика обучения.
23. Упражнения для двуглавых мышц плеча. Техника выполнения и методика обучения.
24. Упражнения для трехглавых мышц плеча. Техника выполнения и методика обучения.
25. Упражнения для мышц брюшного пресса. Техника выполнения и методика обучения.
26. Упражнения для мышц ног. Техника выполнения и методика обучения.
27. Упражнения для мышц спины. Техника выполнения и методика обучения.
28. Организация и проведение соревнований по атлетической гимнастике. Правила выполнения соревновательных упражнений.
29. Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики.
30. Техника безопасности на занятиях атлетической гимнастикой.

5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации студентам по изучению дисциплины

Преподавание и изучение учебной дисциплины «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» осуществляется в виде лекционных и практических занятий, самостоятельной работы студента. Комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих обучающемуся оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины составляют:

1. Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.
2. Рекомендации по изучению учебно-методических материалов.
3. Разъяснения по поводу выполнения домашних заданий, написания контрольной работы.
4. Рекомендации по подготовке к зачёту.

Методические рекомендации по подготовке написания контрольной работы.

В ходе выполнения контрольной работы бакалавры должны при помощи рекомендуемой литературы изучить теоретические основы выбранной темы, представить современный материал.

Домашняя работа над рекомендованными изданиями и выполнение контрольной работы должны привить студентам навыки работы со специальной литературой, научить аргументированному изложению своих знаний и убеждений в письменной форме. Изучение рекомендуемых источников должно сопровождаться составлением краткого конспекта, самоконтролем полученных знаний путем ответов на поставленные вопросы.

Контрольную работу студент должен выполнить в соответствии с требованиями к оформлению контрольных работ.

В начале семестра студенты выбирают тему, в течение семестра консультируются с преподавателем по возникающим у них вопросам, за 2 недели до окончания семестра сдают оформленную контрольную работу на проверку преподавателю.

Задачи, решаемые студентом при выполнении контрольной работы:

- активизация полученных теоретических знаний;
- творческое отношение к изучаемой теме;
- приобретение опыта самостоятельной работы над литературой;
- получение практических навыков самостоятельного исследования конкретной проблемы.

Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету.

При подготовке к зачету необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине «Атлетическая гимнастика и методика преподавания». К зачету студент должен выполнить контрольную работу в соответствии с требованиями к оформлению контрольных работ.

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование знаний, умений и навыков, познавательной деятельности и обеспечивает интерес к практическим занятиям.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, плана работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы для ознакомления и написания контрольной работы;
- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине, оценка выполненной контрольной работы.

Мерами по обеспечению выполнения обучающимися всех видов самостоятельной работы являются:

- комплект индивидуальных заданий, учебно-методических материалов, тем контрольных работ, список рекомендуемой литературы и т.п.;

- обеспечение учебно-методической и справочной литературой всех видов самостоятельной работы.

Контроль за внеаудиторной самостоятельной работой осуществляется на практических занятиях, на защите контрольной работы, зачете.

5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» используются следующие образовательные технологии обучения, которые классифицируются по видам учебной работы: лекционные занятия, практические занятия, самостоятельная работа.

Лекция – это учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Для максимального усвоения дисциплины предлагается изложение лекционного материала с элементами обсуждения, а также с использованием графического сопровождения лекций (презентации на мультимедийном проекторе).

Практическое занятие - это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения (вычислений, расчетов, использования таблиц, справочников и т.д.). Практические занятия проводятся в виде: тренингов, бесед, дискуссий.

Самостоятельная работа студентов - вид деятельности, при котором в условиях систематического уменьшения прямого контакта с преподавателем студентами выполняются учебные задания.

Проведение всех видов занятий (лекционные, практические, лабораторные и т.д.) при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможна с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

5.4 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения специальной группы, инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий. Преподавание дисциплины осуществляется с акцентом на индивидуальный подход к обучаемым.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, в том числе: Skype, Zoom, Big Blue Button, Moodle, WhatsApp.

5.5 Материально-техническое обеспечение дисциплины

При обучении дисциплине «Атлетическая гимнастика и методика преподавания» необходимо следующее материально-техническое обеспечение: Ноутбук,

1. Пакеты ПО общего назначения (текстовые редакторы, графические редакторы): OS Microsoft Windows – Лицензионные договора Лагуна сервис Windows 10 (Договор №08/16д от 13.01.2015 г.); Лагуна сервис Windows 10 (Договор №06/16гид от 13.01.2015 г.); Microsoft Office – Бессрочная лицензия (договора № 05/16-ГПД 0318100046815000029-003440-01 от 13.01.2016, 04/16-ГПД 0318100046815000028-003440-01 от 12.01.2016); Антивирус Касперского – Лицензионный договор Договор №39/17д (BK1000111676/17) от 02.02.2017 г.

2. Дистанционная поддержка дисциплины: для передачи домашних заданий, обмена информацией с преподавателем используется электронная почта кафедры.

Для практических занятий: тренажерный зал, гантели, штанга и т.д.

Стандартное лицензионное программное обеспечение

Microsoft Windows 7 Professional, 8 Pro, 8.1 Pro, 10 Pro

Лицензионный договор №0318100046815000032-0003440-01 (08/16д) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Лицензионный договор №0318100046815000030-0003440-01 (06/16гид) от 13.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

Microsoft Office Professional Plus 2007, 2010, 2013, 2016.

Состав продукта:

Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft PowerPoint, Microsoft Outlook, Microsoft Publisher, Microsoft Access, Microsoft OneNote, Microsoft InfoPath.

Лицензионный договор №0318100046815000028-003440-01 (04/16-гид) от 12.01.2016.

Срок действия – бессрочная лицензия.

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Атлетическая гимнастика и методика преподавания»**

49.03.01 «Физическая культура и спорт»

бакалавр

«Спортивная тренировка»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Атлетическая гимнастика и методика преподавания»

_____ обязательная _____

_____ заочная _____

Составитель аннотации – Лактионова Э.Г., доцент к.п.н. каф. ФКиС

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3/108
Цель изучения дисциплины	Овладение теоретическими знаниями и практическими умениями и навыками, необходимыми для формирования у студентов осознанного отношения к занятиям по атлетической гимнастике, для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки, обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
Содержание дисциплины	История развития атлетической гимнастики. Правила соревнований в основных видах силовых многоборий. Научно-методические основы и терминология в атлетической гимнастике. Предупреждение травматизма на занятиях по атлетической гимнастике. Основы обучения упражнениям в атлетической гимнастике. Контроль и самоконтроль на занятиях атлетической гимнастики.
Формируемые компетенции (коды)	ОПК-1, ОПК-4, ОПК-13
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	ОПК-1.1 Знает и способен применять на практике современные формы и способы планирования как инструмента оптимального построения содержания занятий ОПК-1.2 Применяет знания анатомо-морфологических, физиологических и психологических особенностей организма занимающихся ОПК-1.3 Учитывает возрастные и половые особенности при планировании и проведении различных форм занятий ОПК-4.1 Использует принципы, методы и средства для проведения тренировочных занятий различной направленности ОПК-4.2 Применяет знания основных видов спортивной подготовки при проведении тренировочных занятий на различных этапах спортивной подготовки ОПК-4.3 Применяет основы планирования, подготовки и организации проведения соревнований в избранном виде спорта ОПК-13.1 Умеет планировать и организовывать проведение соревнований различного уровня ОПК-13.2 Знает правила соревнований по избранному виду спорта ОПК-13.3 Организует и умеет провести судейство по избранному виду спорта соревнований различного ранга

Наименование дисциплин, необходимых для освоения данной дисциплины	Анатомия человека. Физиология человека. Теория и методика физической культуры. Гимнастика и методика преподавания. Легкая атлетика и методика преподавания. Спортивные игры и методика преподавания. Психология физической культуры и спорта. Биохимия спорта. Плавание и методика преподавания. Водные виды рекреации. Единоборства и методика преподавания. Подвижные игры и методика преподавания. Туризм и методика преподавания. Ознакомительная практика.
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: практические занятия, лекционные занятия, самостоятельная работа.
Формы текущего контроля успеваемости	Контрольная работа
Форма промежуточной аттестации	Зачет

Зав.кафедрой ФКиС



Г.М. Коновалова