Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной деятельности,
профессор _____ А.Б. Ходжаян
«30» мая 2018г.

АННОТАЦИЯ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	**Базовые виды двигательной деятельности: гимнастика**
Направление подготовки	49.03.02 физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	очная
Год начала подготовки	2018
Всего ЗЕТ	4
Всего часов	144
Из них	
Аудиторные занятия	54
лекции	18
практические занятия	36
Самостоятельная работа	54
Промежуточная аттестация	
Экзамен	2 семестр

г. Ставрополь,
2018 г

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - формирование у студентов знаний по истории развития гимнастики, терминологии, технологии планирования занятий, организации и судейства соревнований, умений и навыков применять в профессиональной деятельности бакалавра по адаптивной физической культуре гимнастические упражнения, как фактора обеспечения здоровья, на уровне современных требований во всех звеньях физического воспитания

Задачи освоения дисциплины:

1. Обеспечить освоение студентами знаний теории, методики и организации занятий по гимнастике, целостное осмысление профессиональной деятельности, общих закономерностей данного вида социальной практики;
2. Сформировать у студентов профессионально-педагогические умения и практические навыки, позволяющие обучать технике гимнастических упражнений, знать методику исправления ошибок в технике;
3. Сформировать двигательные умения и навыки по оказанию физической помощи и страховки обучаемых, а также необходимые при этом физические качества и психологические способности;
4. Научить студентов навыкам судейства по видам гимнастики, организовывать соревнования различного уровня и управлять массовой и спортивной работой в различных звеньях физкультурного движения.
5. Сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе изучения гимнастических упражнений, обеспечить освоение ими специальной научной информации и передовых достижений в будущей профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к базовой части блока 1. «Дисциплины» ОПОП, её изучение осуществляется во 2 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные следующими дисциплинами:

1. Анатомия человека (1 семестр).
2. Подвижные игры (1 семестр).

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного освоения следующих дисциплин:

1. Теория и методика физической культуры (3,4 семестр)
2. Частные методики адаптивной физической культуры (5-7 семестр).

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Коды и содержание компетенций	Планируемые результаты обучения		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
Общекультурные компетенции			
ОК - 8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной	1.Методы и средства физической культуры, применяемые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1.Использовать гимнастические упражнения как основное средство физической культуры для решения, оздоровительных, воспитательных, образовательных	1.Профессиональной деятельности в области адаптивной физической культуры. 2.Развития двигательных качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья.

социальной и профессиональной деятельности		задач. 2.Обучить двигательным действиям и развить физические качества у различных категорий людей посредством гимнастических упражнений.	
Профессиональные компетенции			
ПК - 1 умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	1.Возрастно-половые закономерности способам их рационального применения.	1.Использовать гимнастические упражнения как основное средство физической культуры 2.Рационально применять специальные знания способы их воздействия на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	1.Восстановления, компенсации и профилактики лиц с ограниченными возможностями здоровья.
ПК - 19 умением развивать физические качества, обучать, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций	1.Правила и методики, развивающие физические качества 2.Новые способы двигательной деятельности с лицами имеющие отклонения в состоянии здоровья	1.Использовать технологию обучения двигательным действиям и развитие физических качеств у различных категорий людей посредством гимнастических упражнений. 2.Использовать гимнастические упражнения в физической реабилитации организма людей с ограниченными возможностями здоровья.	1.Проведения комплексов гимнастических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных и временно утраченных функций, 2.Методиками развивающие физические качества оставшихся функций и предупреждения прогрессирования основного заболевания.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Се-местр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
2	Раздел 1. Гимнастика как учебная и научная дисциплина	4							5
2	Раздел 2. История развития гимнастики	6							
2	Раздел 3. Гимнастическая терминология: ее значение и краткая история развития	4							5
2	Раздел 4. Основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям	4							5
2	Раздел 5. Строевые упражнения		2						5
2	Раздел 6. Общеразвивающие упражнения		2						5
2	Раздел 7. Прикладные упражнения		2						5
	Раздел 8. Акробатика		10						10
2	Раздел 9. Упражнения на бревне		10						5
2	Раздел 10. Упражнения художественной и ритмической гимнастики		10						9
2	Промежуточная							2	34

	аттестация: экзамен								
2	Итого по дисциплине:	18	36					2	88
	Часов144		Зач. ед. 4				90		

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

Код компетенций	Наименование разделов и тем дисциплины	Краткое содержание разделов и тем
2 семестр		
ОК-8	**Раздел 1.** Гимнастика как учебная и научная дисциплина	Особенности научно-исследовательской и научно-методической работы по всем изучаемым темам. Гимнастические упражнения как самостоятельные виды гимнастики.
ОК-8	**Раздел 2.** История развития гимнастики	Гимнастика у древних народов. Гимнастика в эпоху Возрождения. Гимнастика в Новое время и становление отечественной системы спортивной гимнастики.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 3.** Гимнастическая терминология: ее значение и краткая история развития	Основные группы: общие и конкретные. Правила сокращения. Правила исключения некоторых терминов. Формы и типы записи упражнений. Правила записи упражнений на снарядах, вольных, акробатических и художественной гимнастики.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 4.** Основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям	Техника гимнастических упражнений и закономерности лежащие в ее основе. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика. Требование к местам проведения занятий. Страховка, помощь и самостраховка. Врачебный контроль и самоконтроль.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 5.** Строевые упражнения	Основные понятия. Разучивание строевых приемов. Расчет группы, повороты на месте и в движении и т.д. Перестроения.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 6.** Общеразвивающие упражнения	ОРУ в парах. Перестроение. Комплекс упражнений в смешанных висах, упорах на стенке и у стенки. Методика выполнения упражнений со скамейкой. Изучение методики упражнений с гантелями. Изучение методики упражнений с набивными мячами. Изучение методики элементов ритмической гимнастики.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 7.** Прикладные упражнения	Разучивание видов ходьбы, бега. Классификация лазания. Метание. Изучение способов поднимания и переноса груза. Изучение способов переползания. Изучение прыжков. Изучение равновесий.

ПК-1, ПК-19	**Раздел 8.** Акробатика	Изучение переворотов и вращений, силовых и вольных упражнений, стоек, поддержек и равновесий. Изучение групповых упражнений для юношей и девушек. Вращательные, балансовые и бросковые упражнения, перекаты, кувырки, перевороты, виды стоек, мост.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 9.** Упражнения на бревне	Изучение вскоков, статических упражнений на бревне, комбинационных передвижений, танцевальных шагов, поворотов, прыжков простых соскоков.
ПК-1, ПК-19	**Раздел 10.** Упражнения художественной и ритмической гимнастики	Изучение разновидностей шагов, , «Волны» и волнообразные движения, махи, взмахи, равновесия, повороты, прыжки. Изучение элементов бальных и народных танцев. Упражнения с предметами. Изучение комплекса ритмических танцев с музыкальным сопровождением.