

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### «АЭРОБИКА»

44.03.01 «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура»

7 семестр

#### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины в области обучения, воспитания и развития являются:

- подготовка выпускника к педагогической деятельности для решения задач освоения человеком разнообразных двигательных умений и навыков, и связанных с ними знаний, развития двигательных способностей и высокой работоспособности.

- подготовка выпускника к культурно-просветительской деятельности по укреплению здоровья, поддержанию работоспособности, активного долголетия, привлечения детей и молодежи к занятиям спортом.

#### Задачи курса:

♦ вооружение студентов комплексом специальных знаний, умений и навыков по технике и методике проведения занятий по основным направлениям оздоровительной аэробики;

♦ формирование умений и навыков научно-методической деятельности в оздоровительной аэробике;

♦ формирование комплекса двигательных умений, навыков и физических кондиций, необходимых в профессиональной деятельности бакалавра физической культуры.

#### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Курс аэробики является одним из разделов профессиональной подготовки бакалавра по направлению подготовки «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура». Учебная дисциплина относится к дисциплинам по выбору вариативной части учебного плана (Б1.В.ДВ.11).

При изучении данной дисциплины обучающиеся должны владеть знаниями, полученными при изучении ранее изученных дисциплин «Физическая культура», «Гимнастика» и методика гимнастики». Изучение данной дисциплины будет способствовать освоению таких дисциплин как «Спортивные сооружения и экипировка», «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование».

#### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования *знать*:

- историю возникновения и развития аэробики в России и за рубежом;
- основные принципы оздоровительной тренировки в аэробике;
- нормы и правила безопасной организации и проведения занятий по аэробике с различными категориями населения;

- методы и организацию комплексного контроля в занятиях по аэробике;
- основы научной и методической деятельности в аэробике.

#### *уметь*:

- формулировать конкретные задачи преподавания аэробики в различных звеньях системы физического воспитания с учетом состояния здоровья, возраста, уровня физического развития, физической подготовленности занимающихся, имеющихся условий для занятий (ОПК-2);

- подбирать и применять на занятиях аэробикой адекватные поставленным задачам современные научно обоснованные технологии обучения, воспитания и начальной тренировки, организационные приемы работы с различным контингентом занимающихся (ПК-1);

- анализировать и оценивать эффективность физкультурно-оздоровительных занятий аэробикой (ПК-4);
- определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения (ПК-7);
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности; оказать первую помощь при травмах в процессе занятий аэробикой;
- поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);

**владеть:**

- современными технологиями преподавания аэробики в различных звеньях системы физического воспитания;
- основами организации и проведения оздоровительных тренировок по аэробике (ПК-6);
- навыками научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения физкультурно-оздоровительных занятий по аэробике.

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Тема 1. Базовые движения, их названия и классификация.

Тема 2. Реабилитационные направления.

**5. ВИД АТТЕСТАЦИИ – Зачет**

**6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ – 2**

Составитель

Н.И. Резанова

Заведующий кафедрой ТММФКСД

Н.С. Воробьев

Председатель

Н.С. Воробьев

Учебно-методической комиссии направления

А.В. Гадалов

Директор ИФКиС



Handwritten signatures in blue ink corresponding to the names listed on the right: Н.И. Резанова, Н.С. Воробьев, Н.С. Воробьев, and А.В. Гадалов.