

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА»
МОДУЛЬ «АТЛЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА»**

КОД НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ - 49.03.02

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

Цель освоения модуля «Атлетическая гимнастика»: создать представление о теоретических основах использования модуля в процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, овладеть технологиями планирования, проведения занятий и спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной и рекреационной деятельности.

Задачи курса

- раскрыть историю возникновения и развития атлетической гимнастики;
- сформировать у студентов основы техники выполнения упражнений в атлетической гимнастике;
- способствовать формированию должного уровня физической подготовленности, необходимой в атлетической гимнастике.

2. МЕСТО МОДУЛЯ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Модуль «Атлетическая гимнастика» - составная часть дисциплины «Повышение профессионального мастерства». Данная дисциплина является дисциплиной вариативной части Блока 1.

Для освоения данного модуля необходимы знания, умения, навыки и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.

Модуль обеспечивает изучение следующих дисциплин: теории и методики физической культуры, анатомии человека, физиологии человека, а также, прохождение педагогической практики.

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ,
ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ**

В результате освоения модуля формируются следующие:

1. общекультурные компетенции:

- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК- 7);

2. общепрофессиональные компетенции:

- готовность применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного обучения и оценивать состояние занимающихся (ОПК-6);

- формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры (ОПК-7);

3. профессиональные компетенции:

- умение формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способность вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-7).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Тема №1. Введение в курс «атлетическая гимнастика»

Тема №2. Спортивное оборудование, используемое в атлетической гимнастике

Тема №3. Основы техники безопасности при занятиях атлетической гимнастикой

Тема №4. Принципы построения тренировочных циклов

Тема №5. Упражнения для развития мышц спины

Тема №6. Упражнения для развития мышц ног

Тема №7. Упражнения для развития мышц груди

Тема №8. Упражнения для развития мышц рук

Тема №9. Упражнения для развития мышц живота

Тема №10. Особенности правильного питания при занятиях силовыми упражнениями

Составитель _____  Гадалов А.В

Заведующий кафедрой ТМБОФК  Батоцыренова Т.Е.

Председатель
учебно-методической комиссии направления  Батоцыренова Т.Е.

Директор ИФКС  А.В. Гадалов

Печать института

