

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

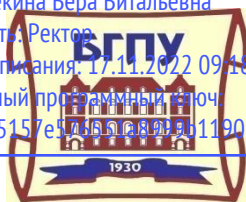
ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 17.11.2022 09:18:23

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e1d460a801a1190892af58989420420536b0575a454e37789



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

физической культуры и спорта

ФГБОУ ВО «БГПУ»

О.В. Юречко

«22» марта 2019 г.

**Рабочая программа дисциплины
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ГИМНАСТИКИ**

**Направление подготовки
44.03.01 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**Профиль
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята на заседании кафедры
Теории и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № от «12» 15 мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	6
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	7
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	9
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	15
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	31
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ	50
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	51
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	51
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	52
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	53



1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: состоит в формировании специальных знаний и умений в области теории и методики гимнастики, обогащение занимающихся двигательным опытом, формирование организаторских и профессионально - прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности, развитие и самореализация творческого потенциала личности.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Теория и методика гимнастики» относится к дисциплинам обязательной части блока Б1. (Б1.О.24.01). Для освоения дисциплины «Теория и методика гимнастики» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в процессе обучения на предыдущем уровне образования.

Дисциплина «Теория и методика гимнастики» органично развивает знания, умения, навыки, сформированные на предыдущем уровне обучения.

Освоение дисциплины «Теория и методика гимнастики» является связующим звеном с другими дисциплинами: анатомия, физическая культура и спорт и другими, так как преподавание этих дисциплин базируется на знании общих закономерностей в сфере физической культуры.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- **ОПК-2.** Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий), индикаторами достижения которой является:

- **ОПК-2.2** Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.

- **ОПК-2.3** Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ, и их элементов.

- **ОПК-7.** Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ, индикаторами достижения которой является:

- **ОПК-7.2** Взаимодействует со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума.

- **ПК-1.** Способен осуществлять педагогическую деятельность по организации образовательного процесса в образовательных организациях различного уровня, индикаторами достижения которой является:

- **ПК-1.1** Осуществляет образовательную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего и среднего общего образования.

- **ПК-1.3** Применяет современные психолого-педагогические технологии в образовательном процессе.

- **ПК-1.4** Организует внеурочную деятельность обучающихся.

- **ПК-1.6** Диагностирует поведенческие особенности обучающихся.

- **ПК-2.** Способен осуществлять педагогическую деятельность по профильным предметам (дисциплинам, модулям) в рамках программ основного общего и среднего общего образования, индикаторами достижения которой является:



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

- ПК-2.10 Знает методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы, принципы, виды и приемы современных педагогических технологий), условия выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения, современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода.

- **ПК-3.** Способен организовать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области индикаторами достижения которой является:

- ПК-3.2 Определяет содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности.

- ПК-3.3 Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины обучающийся должен

– **знать:**

- особенности педагогических механизмов обучения и воспитания;
- закономерности образовательного процесса;
- развивающие функции процессов обучения и воспитания;
- основные образовательные программы для учащихся разных возрастов;
- историю развития гимнастики как жизненно необходимого навыка, вида спорта, а также как вида физических упражнений, имеющего оздоровительное и прикладное значение;

- основы техники гимнастических упражнений;
- основные этапы, принципы, средства и методы обучения технике гимнастических упражнений

- основы теории и методики преподавания в гимнастике;
- приемы общения с занимающимися на занятиях гимнастикой;
- основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой;
- содержание, формы, методы планирования занятий гимнастикой в школе;
- факторы риска, методы профилактики травматизма в процессе занятий гимнастикой;

- методы и организацию комплексного контроля при занятиях гимнастикой; организацию учебно-тренировочной и соревновательной работы по спортивной гимнастике;

- правила соревнований по гимнастике;

– **уметь:**

- использовать педагогическую теорию обучения и воспитания для разработки практических программ в системе образования;

- применять в образовательном процессе знания индивидуальных особенностей учащихся;

- осуществлять экспертную оценку процессов воспитания и обучения;

- формулировать конкретные задачи преподавания гимнастики в учреждениях системы среднего общего полного образования, разным группам населения с учетом их состояния здоровья, возраста, уровня физического развития и физической подготовленности;



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

- подбирать и применять на занятиях гимнастикой адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса;
- оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику гимнастических упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения; оценивать уровень общей и специальной физической подготовки занимающихся;
- планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- формировать потребность в ведении здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям гимнастикой;
- **владеть:**
 - современными технологиями педагогической деятельности;
 - конкретными методиками диагностики физических качеств;
 - способами организации различных видов обучающей деятельности;
 - практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Теория и методика гимнастики»;
 - применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;
 - рациональной организации и проведения занятий и соревнований по гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;
 - применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности;
 - анализа и коррекции техники двигательных действий для эффективного обучения им;
 - планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма и оказания первой медицинской помощи.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Теория и методика гимнастики» составляет 13 з.е. (468 ч.).

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Количество часов	ЗЕ
1	Теория и методика гимнастики	1 - 4	1 - 7	468	13

Программа предусматривает изучение материала на практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа обучающихся по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры						
		1	2	3	4	5	6	7
Общая трудоемкость	468	36	108	72	72	72	72	36
Аудиторные занятия	56	4	6	10	10	10	8	8
Лекции	-	-	-	-	-	-	-	-



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

Лабораторные занятия	56	4	6	10	10	10	8	8
Самостоятельная работа	390	32	93	58	62	62	55	28
Вид итогового контроля	22	-	экза- мен	зачет	-	-	экза- мен	-