

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 19.07.2022 10:42:26
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:
Руководитель ООП:
С.В. Комин
«1» апреля 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
**ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**
Гимнастика

49.03.01. Физическая культура

Направление подготовки

Профиль подготовки

Физкультурное образование

Для студентов 1, 2 курса

Очная, заочная форма обучения

Составители: И. А. Титкова
Т.И. Гужова

Тверь, 2021

I. Аннотация

1. Цель и задачи дисциплины гимнастика

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

Целью освоения дисциплины является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. Курс включает в себя ознакомление со спортивной игрой - баскетбол, даются основы технико-тактических действий, основы судейства и методики обучения баскетболу. Данный курс является продолжением дисциплины – спортивные игры, раздел баскетбол. Эта программа предусматривает на 1 и 2 курсе – занятия спортивными играми и гимнастикой.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

3. Место дисциплины в структуре ООП

Данная дисциплина относится к обязательной части дисциплин учебного плана, студент каждый семестр знакомится с различными видами спорта. В ООП физическая культура данный курс направлен в поддержку спортивных дисциплин направления, позволяет полнее раскрыть специфику видов спорта.

4. Объем дисциплины: Объем дисциплины: ____ зачетных единиц, _328__ академических часов, **в том числе:**

контактная аудиторная работа: лекции ____ часов, практические занятия __124__ часа,

контактная внеаудиторная работа: контроль самостоятельной работы _____, в том числе курсовая работа _____;

самостоятельная работа: __204__ часа, в том числе контроль ____.

Для заочной формы обучения

самостоятельная работа: __328__ часов, в том числе контроль _____.

5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<i>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	<i>7.1. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности 7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности</i>

6. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения __зачет во 2 и 4 семестрах_

7. Язык преподавания русский.