

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Гимнастика

Цель – приобретение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области теории и методики обучения видам легкой атлетики и реализация их в своей профессиональной деятельности.

Задачи, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

1. ознакомление с историей возникновения и развития гимнастики;
2. изучение теоретических основ техники гимнастических упражнений;
3. освоение типовой структуры учебного занятия по гимнастике;
4. изучение строевых команд для эффективного и безопасного управления занимающимися на занятиях;
5. формирование навыков технически правильного выполнения гимнастических упражнений;
6. освоение методики обучения технике и тренировки в гимнастических упражнениях;
7. совершенствование двигательных качеств быстроты, силы, гибкости и координационных способностей средствами гимнастики;
8. формирование навыков планирования, организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий по гимнастике с занимающимися разного пола и возраста;
9. формирование навыков организации и проведения массовых соревнований и выступлений по гимнастике, спортивных праздников.