

Автономная некоммерческая организация
«Образовательная организация высшего образования
«ИНСТИТУТ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА»
АНО ООВО «ИТИ»

Рекомендовано
ученым советом факультета
Протокол №4
«04» июля 2016г.



Аннотация дисциплины

Б1.В.ДВ Элективные курсы по физической культуре

направление подготовки (специальность)

52.03.01 Хореографическое искусство

Профиль – Педагогика балета

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет: 328 час.

2. Целью освоения дисциплины является проявление способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Задачи:

- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения (ОК-8);
- понимание социальной значимости прикладной физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности (ОК-9);
- знание научно - биологических, педагогических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни (ОК-8);
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом (ОК-8);
- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте (ОК-8);
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту (ОК-8);
- приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей (ОК-8);
- создание основы для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений (ОК-8);
- совершенствования спортивного мастерства студентов – спортсменов (ОК-8).

3. Место дисциплины в структуре ОПОП: Базовая часть, вариативная часть, обязательная дисциплина.

4. Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (ОК-

8):

– способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8) В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:

– значение физической культуры в формировании общей культуры личности приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий;

– научные основы биологии, физиологии, теории и методики педагогики и практики физической культуры и здорового образа жизни;

– содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность;

уметь:

– учитывать индивидуальные особенности физического, гендерного возрастного и психического развития занимающихся и применять их во время регулярных занятий физическими упражнениями;

– проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;

– составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью;

владеть:

– комплексом упражнений, направленных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств;

– способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений;

– приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями.

5. Содержание дисциплины. Основные разделы

Раздел 1. Методика овладения эффективными умениями и навыками при ускоренном обучении различным видам лёгкой атлетики.

Легкая атлетика

Раздел 2. Комплекс ОРУ без предметов Простейшие методики ускоренного овладения приёмами игры в волейбол. Методика организации круговой тренировки.

Раздел 3. Комплекс ОРУ без предметов Простейшие методики ускоренного овладения приёмами игры в волейбол. Основы судейства игры в баскетбол.

Раздел 4. Простейшие методы ускоренного овладения приемами игры в настольный теннис

6. Виды учебной работы: лекции, практические занятия

7. Форма контроля. Изучение дисциплины заканчивается: зачетом (8 семестр)