# Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Московская академия профессиональных компетенций»

# Рабочая программа учебной дисциплины «Методика тренировочного процесса: художественная гимнастика»

Дополнительная профессиональная программа (профессиональная переподготовка) «Теория и методика тренировочного процесса в образовательных организациях»

Форма обучения
Заочная
(с применением электронного обучения
и дистанционных образовательных технологий)

Москва 2021

# 1. Цель освоения учебной дисциплины

Цель освоение дисциплины - формирование новых компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

#### знать:

- историю и этапы развития гимнастики;
- терминологию гимнастики;
- технику профессионально значимых двигательных действий по гимнастике;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по гимнастике в школе;
- методику обучения двигательным действиям по гимнастике;
- особенности и методику развития физических качеств в гимнастике;
- особенности организации и проведению соревнований по гимнастике;
- основы судейства по гимнастике;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий по гимнастике, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю по гимнастике.

#### уметь:

- планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по гимнастике;
- использовать терминологию гимнастики;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям гимнастики;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий по гимнастике в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

#### владеть:

-методами преподавания гимнастики в образовательных учреждениях.

### 2. Трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет:

- для трудоемкости 576 ак.ч. ДПП 28 ак.ч.;
- для трудоемкости 620 ак.ч. ДПП 72 ак.ч.;

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине предусмотрена в следующей форме: зачет (с помощью тестирования).

## 3. Язык образования (язык обучения)

Язык образования (язык обучения): русский язык.

# 4. Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины

а) основная литература:

Методика тренировочного процесса: художественная гимнастика: курс лекций / коллектив авторов. - Москва: Изд. центр АНО ДПО «Московская академия профессиональных компетенций», 2021. - (2021). - Текст: электронный

- б) дополнительная литература:
- в качестве дополнительной литературы рекомендуется использовать литературу, перечень которой содержится в настоящей ОП ДПП в списке дополнительной литературы (при наличии).