АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.10.01 Прикладная физическая культура и спорт: Гимнастика

Наименование образовательной программы:

Социальное страхование и пенсионное обеспечение

Код и наименование направления подготовки:

39.03.02 Социальная работа

Форма обучения:

очная, заочная

Планируемые результаты освоения дисциплины

ОТФ/ТФ *(при наличии профстандарта)*/ трудовые или профессиональные действия	Код компонента компетенции	Результаты обучения
А 6 Регламентация процессов подразделений организации или разработка административных регламентов подразделений организации	УК ОС-7 Формирование способности проявлять толерантность в условиях межкультурного разнообразия общества на основе знаний корпоративной социальной ответственности	**на уровне знаний :** - роль и основы физической культуры в развитии человека и подготовке специалиста;
		на уровне умений : - творчески использовать средства и методы физического воспитания для личностно-профессионального развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни;
		на уровне навыков: – владения системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств

Объем дисциплины.

При реализации дисциплины Прикладная физическая культура и спорт: Гимнастикапредусмотрено применение дистанционных образовательных технологий (ДОТ), электронного обучения (ЭО) для очно-заочной формы обучения

В соответствии с учебным планом на дисциплину Прикладная физическая культура и спорт: Гимнастикаотведено 6 ЗЕ, что составляет 328 ак.ч./246астр.ч,:

- очная форма обучения - 328ак.ч. / 246астр.ч. на практические занятия,

- заочная форма обучения - 48 ак.ч. /3бастр.ч. практических занятий, и 280 ак.ч. / 210астр.ч. на самостоятельную работу обучающихся.

Структура дисциплины

1.1. Структура дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л /ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Общая и специальная физическая подготовка	**92**	-	-	92	-	-	Т, Ку
2.	Силовая гимнастика	**86**	-	-	86	-	-	Т, Ку
3.	Фитнес- аэробика	**86**	-	-	86	-	-	Т, Ку
4.	Прикладно-ориентированная подготовка	**64**	-	-	64	-	-	Т, Ку
5.	Промежуточная аттестация							**З**
6.	Всего	**328/246**			**328/246**			

Примечание:
** формы текущего контроля успеваемости: тестирование(Т), комплекс упражнений (Ку).*
***формы промежуточной аттестации: зачет (З)*

Очно-заочная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л /ДОТ	ЛР/ ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
1.	Общая и специальная физическая подготовка	**82**	-	-	12	-	70	Т,Ку
2.	Силовая гимнастика	**82**	-	-	12	-	70	Т,Ку
3.	Фитнес-аэробика	**82**	-	-	12	-	70	Т,Ку

№ п/п	Наименование разделов	Объем дисциплины, час.						Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации**
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СРО	
			Л/ДОТ	ЛР/ДОТ	ПЗ/ ДОТ	КСР		
Практический раздел								
4.	Прикладно-ориентированная подготовка	82	-	-	12	-	70	О
Промежуточная аттестация		3						
Всего		328/246	-	-	48/36		280/210	

Примечание:
** формы текущего контроля успеваемости: тестирование(Т), комплекс упражнений (Ку).*
***формы промежуточной аттестации: зачет (З)*

Форма промежуточной аттестации: зачет

Основная литература:

1. 1. Сайганова Е.Г.Физическая культура в государственной службе: Учебное пособие / Сайганова Е.Г., Марков В.Н./ Под общ. ред. А.А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2009.https://new.znanium.com/catalog/document?id=351762
2. Сайганова Е.Г.Физическая культура и подготовка к государственной гражданской службе: монография / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов – М.: Изд-во РАГС, 2011. 169 с.https://new.znanium.com/catalog/document?id=351765
3. Сайганова Е.Г.Физическая культура. Самостоятельная работа: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 228 с.https://new.znanium.com/catalog/document?id=351764
4. Сайганова Е.Г.Физическая культура: учебное пособие. Бакалавриат / Е.Г. Сайганова, В.А. Дудов. – М.: Изд-во РАГС, 2010. 270 с.https://new.znanium.com/catalog/document?id=351763
5. Сухолозова, М. А. Основы теории и методики преподавания гимнастики [Электронный ресурс] : Учебное пособие для студентов Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена» 2012http://www.iprbookshop.ru/21475.html
6. Луценко, С. А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии 2012 http://www.iprbookshop.ru/29967.html
7. Поваляева, Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта 2012http://www.iprbookshop.ru/65026.html
8. Шлыков, В. П. Гимнастические упражнения для студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья : учебно-методическое пособие / В. П. Шлыков, М. П. Спирина ; под редакцией А. В. Чудиновских. — Екатеринбург : Уральский федеральный

университет, ЭБС АСВ, 2016. — 68 c. — ISBN 978-5-7996-1693-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/65921.html