

Аэробика

Данная учебная дисциплина называется «Аэробика», включена в Реестр автономных дидактических компонентов Академии ВЭГУ и реализуется в рамках ООП Академии ВЭГУ 44.03.01 Педагогическое образование, направленности (профиля) «Физическая культура» по заочной форме обучения, в т.ч. с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирования следующих компетенций:

- способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

- способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса (ПК-3);

- способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-5).

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен знать:

- место аэробики среди других форм оздоровительной физической культуры;

- об основных направлениях преподавания аэробики;

- о целях и задачах преподавания аэробики;

- о роли и месте в системе комплексной реабилитации в состоянии здоровья;

- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья;

- особенности содержания занятий и методики подбора физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- показания и противопоказания к занятиям аэробикой;

- особенности планирования и контроля, самоконтроля, и предупреждения травматизма на занятиях;

- историю развития аэробики в нашей стране и за рубежом

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен уметь:

- формулировать задачи (коррекционные, профилактические, образовательные, воспитательные), подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать нагрузку в процессе занятий;

- уметь работать с литературой и рассматривать вопросы из теоретического и практического разделов курса аэробики;

- разрабатывать современные технологии проведения занятий;

- приобщить людей к занятиям по аэробике

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен владеть:

- методикой физического воспитания ребенка: основами обучения ребенка двигательным действиям; знанием закономерностей формирования двигательного навыка, поэтапной методикой обучения движению; основами формирования осознанности выполнения движений;
- готовность к преподаванию методики аэробики в учебном заведении;
- подготовить студентов к профессиональной деятельности в качестве специалистов по физической культуре.