

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УПО.08.01. ГИМНАСТИКА (ФИЗКУЛЬТУРА)

Рабочая программа учебной дисциплины УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 Искусство балета, квалификации «Артист балета, преподаватель».

Данная программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01. Искусство балета, утвержденным Приказом Минобрнауки РФ от 30.01.2015 № 35; ФГОС ООО, утвержденным Приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 1897, Приказом Минобрнауки РФ от 31.12.2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897», Письмом Минобрнауки РФ от 28.10.2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов», Письмом Минобрнауки РФ от 03.03.2016 г. № 08-334 «Об оптимизации требований к структуре рабочей программы учебных предметов», ИОП в ОИ ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель», «Положением о рабочей программе учебной дисциплины, междисциплинарного курса и профессионального модуля» ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель».

Дисциплина УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) относится к предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и направлена на формирование следующей общей компетенции:

ОК11. Использовать результаты освоения предметной области «Искусство» основного общего образования в профессиональной деятельности; а также на формирование следующей профессиональной компетенции:

ПК1.6. Сохранять и поддерживать собственную внешнюю и профессиональную форму.

Цель программы УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) - достижение физического совершенства и укрепления здоровья, а также развитие специальных физических качеств, помогающих обучающимся полноценно освоить программу танцевальных дисциплин хореографического училища.

Основные задачи курса:

- воспитание навыка правильной осанки;
- развитие силы мышц туловища, не наращивая их массы;
- развитие специальных физических качеств (подвижности в суставах, выворотности, гибкости позвоночника);
- развитие устойчивости и координации движений;
- развитие ловкости;
- развитие выносливости и прыгучести;
- развитие реакции и внимания;
- воспитание дисциплины и культуры движения.

Предметные результаты изучения дисциплины УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) отражают:

- понимание содержательных основ здорового образа жизни, раскрытие его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью;
- раскрытие базовых понятий и терминов физической культуры, применение их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, изложение с их помощью особенностей техники двигательных действий и физических упражнений;
- выполнение комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- понимание правил оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- составление комплексов физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбор индивидуальной нагрузки с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классификация физических упражнений по их функциональной направленности, планирование их последовательности и дозировки в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельное проведение занятий по обучению двигательным действиям, анализ особенностей их выполнения, выявление ошибок и своевременное устранение их.

Метапредметные результаты изучения дисциплины УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) отражают:

- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- овладение культурой речи, ведения диалога в доброжелательной форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения.

Личностные результаты изучения дисциплины УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) отражают:

- формирование качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- развитие физических качеств;
- овладение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем; обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях по гимнастике (физической культуре).

В результате изучения данной дисциплины обучающиеся должны

- знать:
 - названия изучаемых гимнастических элементов;
 - структуру и основные части урока гимнастики;

- последовательность изучаемых гимнастических элементов;
- методику их исполнения;
- уметь:
 - методически и технически грамотно исполнять элементы и комбинации базовой технической подготовки, общефизической, специальной подготовки.

В рамках общеобразовательного учебного цикла, реализующего ФГОС ООО, дисциплина УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) изучается с первого по пятый балетный класс (первый балетный класс соответствует 5-му общеобразовательному классу). Занятия по форме организации - мелкогрупповые.

Реализация программы дисциплины УПО.08.01. Гимнастика (Физкультура) происходит при наличии хореографического зала. Используемое оборудование зала: зеркала, станки, гимнастические коврики, утяжелители.