**Продолжительность:**72 часа

**Дата начала:** в течение учебного года по мере набора группы

**Стоимость:**4 700 рублей

**Преподаватели:**ведущие преподаватели профильных кафедр СибГУФК

**Цель курса:** совершенствование знаний, умений, навыков необходимых в процессе профессиональной деятельности тренера-преподавателя.

**Категория слушателей:**лица, имеющие средне профессиональное и/или высшее образование

**Форма обучения:**очная, очно-заочная

**Режим занятий:**7-8 дней по 4-8 часов

**Требования к результатам обучения:**

В результате освоения программы слушатель должен

**Знать:**

- Особенности гимнастики, современные подходы к методике учебно-тренировочного процесса, технологии спортивной подготовки;

- Современные требования к материально-техническому обеспечению занятий гимнастикой;

- Технику безопасности при проведении занятий по гимнастике;

- Технику и методику обучения гимнастическим упражнениям;

- Правила соревнований и основы судейства.

**Уметь:**

- Объяснять технику выполнения гимнастических упражнений;

- Подбирать средства, методы и методические приемы обучения гимнастическим упражнениям;

- Использовать современные ТСО и тренажерные устройства в учебно-тренировочном процессе.

**Владеть:**

- Гимнастической терминологией;

- Способами организации группы;

- Приемами помощи и страховки;

- Техникой универсальных базовых навыков и профилирующих гимнастических элементов;

- Методами и приемами обучения гимнастическим упражнениям;

- Методикой исправления ошибок при обучении гимнастическим упражнениям;

- Разрабатывать программы тренировочных занятий по гимнастике;

- Технологией проведения занятий гимнастикой с различным контингентом занимающихся.

**Учебно-тематический план программы:**

В программу обучения включены следующие модули и темы:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование модулей, тем | Всего час. | В том числе |
| лекции | практ. | самост. |
|  | **Модуль 1.** Современное состояние и пути развития спортивной гимнастики | **24** | **6** | **12** | **6** |
| 1.1 | Современные подходы к управлению тренировочным процессом | 2 | 2 | - | - |
| 1.2 | Организационно-методологические аспекты развития современной спортивной гимнастики | 4 | 2 |  | 2 |
| 1.3 | Техника выполнения и методика обучения элементам структурных групп | 6 | 2 | 4 | - |
| 1.4 | Методика составления произвольных программ | 6 | - | 4 | 2 |
| 1.5 | Педагогический контроль в учебно-тренировочном процессе по спортивной гимнастике  | 6 | - | 4 | 2 |
|  | **Модуль 2.** Медико-биологическое обеспечение подготовки спортсменов | **24** | **6** | **4** | **14** |
| 2.1 | Современные подходы к медико-биологическому обеспечению деятельности спортсменов  | 4 | 2 | - | 2 |
| 2.2 | Медико-биологический контроль в спортивной гимнастике | 8 | 2 | 2 | 4 |
| 2.3 | Система восстановительных мероприятий  | 6 | 2 |  | 4 |
| 2.4 | Особенности питания гимнастов | 6 | - | 2 | 4 |
|  | **Модуль 3.** Психолого-педагогические аспекты спортивной деятельности | **22** | **4** | **8** | **10** |
| 3.1 | Современные подходы к психолого-педагогическому обеспечению деятельности гимнастов | 6 | 2 | - | 4 |
| 3.2 | Особенности учебно-тренировочного процесса с контингентом различного возраста  | 8 | - | 6 | 2 |
| 3.3 | Психолого-педагогический контроль в спортивной гимнастике | 8 | 2 | 2 | 4 |
|  | Итоговая аттестация | **2** |  |  |  |
|  |  | **72** | **16** | **24** | **30** |

Освоение программы завершается итоговой аттестацией (зачет).