

## **Аннотация дисциплины** **«Технология формирования двигательных навыков»**

### **1. Цели и задачи дисциплины:**

**Цель** изучения дисциплины: обучить студентов разработке алгоритмов технологической цепочки поэтапного формирования двигательных навыков, на основе понимания ими закономерностей исполнения движений в спорте, внутренних и внешних сил способствующих этим движениям. Какие методы, методические приёмы и соответствующие средства обучения необходимо применять для достижения поставленной цели.

Это должно осуществляться через решение следующих **задач**:

- 1) формирование у студента четкого понимания связи между формой и содержанием;
- 2) обучение студентов пониманию фазовой структуры двигательных действий, взаимозависимости фаз;
- 3) обучение умению анализировать двигательные акты человека, вычленять главные акцентные позы и движения;
- 4) формирование у студентов навыки подбора подводящих упражнений в соответствии с решением задач фаз технического действия на основе понимания биомеханики упражнений и использования соответствующих двигательных качеств;
- 5) обучение студентов умению определения причин возникновения двигательных ошибок и разработке соответствующих технологий их предупреждения и исправления;
- 6) анализировать технику физических упражнений с позиций качественного биомеханического анализа.

### **2. Требования к результатам освоения дисциплины:**

Учебная дисциплина «Технология формирования двигательных навыков» входит в цикл профессиональной подготовки специалистов и направлен на решение следующих компетенций:

- способностью использовать информационную среду,
- понимание им этапной структуры формирования двигательных навыков, целей и задач каждого этапа;
- знание средств и методов, используемых при реализации каждого из этапов их принципиальных различий;
- знание физиологии восприятия и усвоения движений, составляющих физические упражнения;
- пониманием биомеханик фаз физических упражнений;
- формированием навыков использования дидактических принципов учебно-тренировочного процесса.

#### **- Знать:**

1. Историю возникновения науки «теории и практики физической культуры и спорта» ее значение в изучении двигательной деятельности человека, связь с другими науками. Готовностью использовать современные технологии формирования двигательных навыков (ПК-2);
2. Физиологию двигательной деятельности (степень участия сенсорных систем в процессе восприятия движений, управление движениями ЦНС, работа мышечной системы).

#### **- Уметь:**

1. Целенаправленно использовать методы и средства общей специальной педагогики при обучении спортивным упражнениям.
2. Выстраивать алгоритм формирования техники физических упражнений.-

**- Владеть:**

1. Показом и рассказом упражнения
2. Навыками качественного биофизического анализа.
3. Умением определять основные опорные точки и движения.
4. Биофизически оптимально подбирать подводящие и специально –  
подготовительные упражнения:

**3.Общая трудоёмкость дисциплины составляет 32 часа.**

**4.Разработчик:** кандидат педагогических наук, профессор