

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.О.16 Методика преподавания профильных дисциплин

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль/направленность/специализация: Физкультурное образование и БЖД

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2020

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, Сысоев Александр Николаевич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «22» февраля 2018 г. № 125).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «17» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «20» января 2021 г. № 4.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	5
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	23
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	51
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	53
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	53

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ОПК-7 Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- педагогический

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сфере: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования)

1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	ОПК-7 Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	Выстраивает конструктивное групповое и межличностное взаимодействие участников образовательных отношений с учетом достижений психологической науки и практики
	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	Умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса; использовать современные средства, методы и формы организации урочной и внеурочной деятельности

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ОПК-7 Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения																			
		Очная (семестр)										Заочная (семестр)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Педагогическая практика				+	+	+	+	+						+	+	+	+	+		
2	Педагогическая психология			+										+							

3	Теория и методика избранного вида спорта	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Теория и методика обучения базовым видам спорта	+	+	+	+	+	+	+	+			+	+	+	+	+	+	+	+	
5	Физическая подготовка			+	+	+	+							+	+	+	+	+		

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения																			
		Очная (семестр)										Заочная (семестр)									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Возрастная психология		+										+								
2	Общая психология	+										+									
3	Ознакомительная практика		+	+									+	+							
4	Педагогическая практика				+	+	+	+	+						+	+	+	+	+		
5	Педагогическая психология			+										+							
6	Преддипломная практика										+										+
7	Теория и методика обучения базовым видам спорта	+	+	+	+	+	+	+	+	+		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
8	Технологии физкультурно-спортивной деятельности	+	+	+	+	+	+	+	+			+	+	+	+	+	+	+	+		

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Методика преподавания профильных дисциплин» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Дисциплина «Методика преподавания профильных дисциплин» изучается в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 25 з.е.

Очная: 25 з.е.

Заочная: 25 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	900	900
Контактная работа	416	92
Лекции (Лекции)	170	40
Практические (Практ. раб.)	246	52
Самостоятельная работа (СР)	376	773
Экзамен	108	27

Зачет	-	8
-------	---	---

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
3 семестр								
1	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	2	1	-	-	2	4	Собеседование, опрос
2	Исторический обзор развития гимнастики	2	1	-	-	2	4	Собеседование, опрос
3	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	2	1	-	-	2	4	Собеседование, опрос; Контрольный срез
4	Гимнастическая терминология	2	1	-	-	2	4	Собеседование, опрос
5	Общеразвивающие упражнения. Методика составления и проведения комплекса ОРУ (без предметов)	2	1	-	-	4	2	Собеседование, опрос
6	Строевые упражнения	4	1	6	2	2	10	Выполнение практических заданий; Контрольный срез
7	Акробатические упражнения	-	-	6	3	6	8	Выполнение практических заданий
8	Упражнения на снарядах	-	-	6	3	6	10	Выполнение практических заданий
9	Опорные прыжки	-	-	8	2	6	6	Выполнение практических заданий
4 семестр								
10	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	2	1	-	-	4	8	Собеседование, опрос
11	Гимнастическая терминология	4	1	-	-	8	10	Собеседование, опрос

26	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	4	-	-	-	4	26	Собеседование, опрос
27	Гимнастическая терминология.	10	1	6	-	14	28	Собеседование, опрос
28	Строевые упражнения.	8	1	8	2	14	30	Собеседование, опрос; Контрольный срез
29	Проведение комплекса ОРУ поточным способом без предметов	8	2	12	2	20	30	Выполнение практических заданий
30	Составление конспекта урока по гимнастике	10	1	8	1	18	28	Собеседование, устный опрос
31	Методика проведения уроков по гимнастике.	10	2	12	5	20	32	Собеседование, устный опрос; Контрольный срез
32	Акробатические упражнения	6	1	6	1	8	28	Выполнение практических заданий
33	Планирование и учет работы по гимнастике	10	2	8	1	16	30	Собеседование, устный опрос
34	Упражнения на снарядах	6	1	12	1	10	30	Выполнение практических заданий
35	Опорные прыжки	6	1	6	1	8	27	Выполнение практических заданий
7 семестр								
36	Теория судейства соревнований по спортивной гимнастике	4	2	-	-	8	14	Собеседование, устный опрос
37	Составление соревновательных комбинаций	4	2	-	-	4	12	Собеседование, опрос
38	Разучивание соревновательных комбинаций	-	-	10	2	10	14	Выполнение практических заданий; Контрольный срез
39	Судейство соревновательных комбинаций	2	2	4	2	6	14	Выполнение практических заданий
40	Организация и проведение курсовых соревнований.	2	2	4	2	6	14	Выполнение практических заданий; Контрольный срез

41	Участие в курсовых соревнованиях	-	-	4	2	4	15	Выполнение практических заданий
----	----------------------------------	---	---	---	---	---	----	---------------------------------

Тема 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина (ОПК-8)

Лекция.

Гимнастика в системе физического воспитания. Характеристика гимнастики. Предмет гимнастика. Средства гимнастики. История развития гимнастики. Методические особенности гимнастики. Организация и проведение занятий. Виды гимнастики. Знакомство с зачетными требованиями за семестр.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

- 1 Рассмотрение и критический анализ представлений о спортивной гимнастике в России и за рубежом.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 2. Исторический обзор развития гимнастики (ОПК-8)

Лекция.

Значение исторического подхода к изучению гимнастики. Происхождение гимнастики и основные закономерности ее развития. Рабочие спортивно-гимнастические клубы и объединения. Развитие гимнастики в СССР и в России (с 1991 г.). Гимнастика в программе Олимпийских игр. Современное состояние гимнастики в России и за рубежом. Выдающиеся отечественные и зарубежные гимнасты. Современные виды гимнастики.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

- 1 Рассмотрение и критический анализ истории развития спортивной гимнастике в России и за рубежом.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (ОПК-7)

Лекция.

Причины возникновения травм. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травматизма. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов специфическим приемам страховки и помощи при работе с детьми разных возрастных групп и уровня подготовленности.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

- 1 Рассмотрение и анализ истории ситуаций при которых возможны травмы на занятиях по гимнастике.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 4. Гимнастическая терминология (ОПК-7)

Лекция.

Характеристика терминологии, определение, требования к терминологии. Правила сокращения и уточнения записи и названия упражнений. Способы образования терминов. Правила записи упражнений. Формы записи упражнений. Основные термины общеразвивающих упр:

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Методика составления и проведения комплекса ОРУ (без предметов) (ОПК-8)

Лекция.

Характеристика ОРУ. Классификация. Задачи, методика применения ОРУ. Методика подбора и чередования упражнений в комплексе. Построение занимающихся при проведении комплексов ОРУ. Дозирование нагрузки при проведении комплексов ОРУ. Основные команды и правила проведения ОРУ.

Практическое занятие.

Проведение комплексов ОРУ без предметов

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовка конспекта ОРУ.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 6. Строевые упражнения (ОПК-8)

Лекция.

Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две, из одной шеренги в три на месте. Перестроение из шеренги в колонну по 4е захождением отделений плечом вперед. Размыкание приставными шагами и уставное размыкание. Знакомство с приставным, переменным и строевым шагом.

Практическое занятие.

Учебная практика по проведению строевых и общеразвивающих упражнений

Задания для самостоятельной работы.

1. Составление конспекта для проведения строевых и общеразвивающих упражнений.
- Углубленное изучение материалов темы

Тема 7. Акробатические упражнения (ОПК-7)

Лекция.

Не предусмотрено

Практическое занятие.

Юноши.

1. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
2. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
3. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
4. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
5. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
6. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
7. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
2. Кувырок вперед в группировке.
3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
5. Толчком двумя упор присев.
6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.

7. Наклоном назад «мост».

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 8. Упражнения на снарядах (ОПК-7)

Лекция.

Не предусмотрено

Практическое занятие.

Упражнения из зачетных комбинаций (Юноши).

Конь-махи.

1. С прыжка одноименный круг правой.
2. Перемах правой вперед.

Кольца.

1. Из виса глубоким хватом подъем силой в упор.
2. Упор углом (держат 2-3 сек).
3. Опускание в вис согнувшись.

Прыжок.

Прыжок углом и боком через коня в длину с косого разбега.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках, махом вперед подъем.
2. Махом назад стойка на плечах (держат 2 сек).
3. Кувырок вперед в сед ноги врозь.

Перекладина (низкая).

1. Из виса стоя с разбега, подъем правой в упор ноги врозь.
2. Перехват руками в хват снизу и оборот вперед.

Упражнения из зачетных комбинаций (Девушки).

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 90°, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.

Прыжок ноги врозь через опорный снаряд «язык» (h=125 см).

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 9. Опорные прыжки (ОПК-7)

Лекция.

Не предусмотрено

Практическое занятие.

- Обучение разбегу и наскоку на мостик;

- обучение отталкиванию руками от снаряда;
- обучение движениям в полете и приземлению;
- опорный прыжок ноги врозь через козла.

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 10. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике. (ОПК-7)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травматизма. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов и гимнастов приемам страховки и помощи.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 11. Гимнастическая терминология (ОПК-7)

Лекция.

Обзор развития гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их применения. Правила сокращенного описания упражнений. Формулы записи упражнений: обобщенная, конкретная, сокращенная, графическая. Правила записи общеразвивающих упражнений. Словарь основных гимнастических терминов.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 12. Методика проведения подготовительной части урока (ОПК-8)

Лекция.

Задачи подготовительной части урока. Содержание и средства подготовительной части урока. Написание конспекта подготовительной части урока. Варьирование нагрузки в зависимости от задач урока. Разбор школьных программ. Характеристика применяемых общеразвивающих упражнений.

Практическое занятие.

Проведение подготовительной части урока студентами на учебных группах

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы.

Тема 13. Строевые упражнения. (ОПК-8)

Лекция.

Понятия: строй, шеренга, колонна, фронт, фланг, тыльная сторона строя, дистанция, интервал, ширина и глубина строя, направляющий, замыкающий. Управление строем: точки зала, команды, приказание (распоряжения), сигналы и личный пример. Правила подачи команд. Форма рапорта.

Строевые приемы: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Рассчитайся!», «Шагом марш!», «На месте!», «Прямо!», «Стой!», «Отставить!», «Разойдись!», «Разомкнись!», «Сомкнись!» выход из строя и возвращение в строй. Расчет строя: по порядку, на первый второй, по три, по четыре и т. д., на месте и в движении. Повороты на месте и в движении направо, налево и кругом.

Перестроения: из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два и обратно на месте.

Практическое занятие.

Проведение строевых упражнений со студентами своей группы по заданию преподавателя.

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 14. Акробатические упражнения. (ОПК-7)**Лекция.**

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.**Юноши.**

1. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
2. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
3. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
4. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
5. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
6. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
7. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
2. Кувырок вперед в группировке.
3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
5. Толчком двумя упор присев.
6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
7. Наклоном назад «мост».

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 15. Упражнения на снарядах. (ОПК-7)**Лекция.**

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.**Юноши.**

Конь с ручками.

1. С прыжка разноименный круг левой.
2. Одноименный круг правой.
3. Перемах правой и прямое скрещение влево.
4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
2. Мах назад и махом вперед упор углом (держат).
3. Опускание вперед в вис согнувшись.
4. Выкрут вперед.
5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.

2. Махом вперед упор углом (держать).
3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
2. Оборот назад.
3. Мах дугой.
4. Махом назад перехват в хват скрестно.
5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
6. Сед углом.
7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
8. Махом вперед соскок.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 16. Опорные прыжки (ОПК-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.

Прыжок ноги врозь через опорный снаряд «козел» (h=130 см).

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и прыжка в целом.

Тема 17. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике. (ОПК-8)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травматизма. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов и гимнастов приемам страховки и помощи.

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 18. Гимнастическая терминология. (ОПК-7)

Лекция.

Основные положения рук, ног, стойки, движения руками (кратчайшие, движения дугами, круги руками) Основные движения: наклоны, махи, выпады и т.д. ОРУ без предметов, с предметами. Терминологическая запись ОРУ по показу, по записи. Проверка правильности записи.

Терминологическая запись упражнений на снарядах. По записи, по показу, по заданию преподавателя с последующей проверкой. Основы техники гимнастических упражнений, анализ.

Практическое занятие.

Показ ОРУ по записи. Запись Ору по показу преподавателя

Задания для самостоятельной работы.

1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 19. Основы техники гимнастических упражнений. (ОПК-8)

Лекция.

Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Тяжесть и структура основного дефекта и его влияние на уровень построения движений у инвалидов при выполнении упражнений. Особенности проявления законов механики, анатомии, физиологии, психологии в овладении гимнастическими упражнениями лицами с нарушениями двигательной функции. Способы коррекции. Статические упражнения. Устойчивое, неустойчивое, безразличное и ограниченно устойчивое равновесие. Динамические упражнения. Инерция и момент инерции. Реактивное движение, реактивная сила. Вращательные движения в условиях опорного и безопорного положения тела. Отталкивание. Приземление. Силовые и маховые упражнения. Динамическое равновесие.

Практическое занятие.

Рассмотрение и анализ техники сложных упражнений по видам гимнастического многоборья

Задания для самостоятельной работы.

1. Самостоятельное изучение и анализ техники элементов и зачетных комбинаций.

Тема 20. Прикладные упражнения (ОПК-8)

Лекция.

Значение прикладных упражнений в процессе физического воспитания. Содержание и особенности техники прикладных упражнений. Упражнения для совершенствования навыков равновесия. Упражнения в лазании. Лазание по канатам, шестам, наклонной плоскости, гимнастической стенке. Упражнения в метании и ловле. Упражнения в поднимании и переноске груза.

Практическое занятие.

Обучение и совершенствование техники прикладных упражнений.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование изученных упражнений

Тема 21. Основы обучения гимнастическим упражнениям (ОПК-8)

Лекция.

Процесс обучения двигательным действиям. Знания и представления о технике упражнений. Умения и навыки в гимнастике. Методы, приемы и условия обучения. Особенности общения и регуляции психоэмоционального состояния занимающихся в процессе обучения гимнастическим упражнениям. Методические особенности гимнастики. Обучение базовым упражнениям в гимнастике. Объединение различных упражнений в комплексы. Составление комбинаций упражнений на снарядах. Усложнение упражнений за счёт изменения исходных положений, соединения их в связки.

Практическое занятие.

1. Разработка обучающих программ гимнастического упражнения по заданию преподавателя.
2. Обучение гимнастическому упражнению по разработанной программе.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 22. Строевые упражнения (ОПК-7)

Лекция.

Основные понятия строевых упражнений (термины, команды). Значение строевых упражнений на занятиях по гимнастике. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две, из одной шеренги в три на месте. Перестроение из шеренги в колонну по 4-е захождением отделений плечом вперед. Размыкание приставными шагами и уставное размыкание. Знакомство с приставным, переменным и строевым шагом. Перестроение «уступами», фигурные маршировки: в обход, по диагонали, противоходом, змейкой, «открытой и закрытой петлей», спиралью, из колонны по одному в колонны по 2,4, 8, «дроблением и сведением», повороты в движении.

Практическое занятие.

Учебная практика по проведению строевых и общеразвивающих упражнений

Задания для самостоятельной работы.

1. Самостоятельное изучение и совершенствование навыков проведения строевых упражнений.

Тема 23. Акробатические упражнения (ОПК-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.

Юноши.

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

1. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в упор присев.
2. Встать, руки в стороны.
3. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
4. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
5. Перемах двумя в упор лежа сзади.
6. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
7. Толчком двумя упор присев.
8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
2. Кувырок вперед в группировке.
3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
5. Толчком двумя упор присев.
6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
7. Наклоном назад «мост».
8. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.
9. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
10. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 24. Упражнения на снарядах. (ОПК-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.

Юноши.

Конь с ручками.

1. С прыжка разноименный круг левой.
2. Одноименный круг правой.
3. Перемах правой и прямое скрещение влево.
4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
2. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
3. Опускание вперед в вис согнувшись.
4. Выкрут вперед.
5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
2. Махом вперед упор углом (держать).
3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
2. Оборот назад.
3. Мах дугой.
4. Махом назад перехват в хват скрестно.
5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
6. Сед углом.
7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
8. Махом вперед соскок.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.

4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 25. Опорные прыжки (ОПК-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.

Прыжок согнув ноги через опорный снаряд «козел» ($h=130$ см).

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и прыжка в целом

Тема 26. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике. (ОПК-8)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травматизма. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов и гимнастов приемам страховки и помощи.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов

Тема 27. Гимнастическая терминология. (ОПК-8)

Лекция.

Терминологическая запись упражнений на снарядах. По записи, по показу, по заданию преподавателя с последующей проверкой. Основы техники гимнастических упражнений, анализ.

Практическое занятие.

Показ комбинаций по записи. Запись комбинаций по показу преподавателя

Задания для самостоятельной работы.

1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.
2. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 28. Строевые упражнения. (ОПК-8)

Лекция.

Основные понятия строевых упражнений (термины, команды). Значение строевых упражнений на занятиях по гимнастике. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две, из одной шеренги в три на месте. Перестроение из шеренги в колонну по 4-е захождением отделений плечом вперед. Размыкание приставными шагами и уставное размыкание. Знакомство с приставным, переменным и строевым шагом. Перестроение «уступами», фигурные маршировки: в обход, по диагонали, противоходом, змейкой, «открытой и закрытой петлей», спиралью, из колонны по одному в колонны по 2, 4, 8, «дроблением и сведением», повороты в движении.

Практическое занятие.

Учебная практика по проведению строевых и общеразвивающих упражнений

Задания для самостоятельной работы.

1. Самостоятельное изучение и совершенствование навыков проведения строевых упражнений.

Тема 29. Проведение комплекса ОРУ поточным способом без предметов (ОПК-8)

Лекция.

Составление конспекта подготовительной части урока по гимнастике.

Методика разработки подготовительной части урока с учётом применения поточного способа проведения ОРУ. Поточный способ отличается тем, что все упражнения, назначенные для проведения, выполняются непрерывно одно за другим в виде комплекса. В него включаются хорошо знакомые занимающимся и простые по технике исполнения упражнения. Каждое из них повт заданное преподавателем количество раз. Комплекс общеразвивающих упражнений составля определенной последовательности в соответствии с физиологическими закономерностями посте увеличения нагрузки на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма человек

Практическое занятие.

1. Составление конспекта ОРУ для проведения поточным способом.
2. Проведение комплекса ОРУ поточным способом на учебных группах.

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 30. Составление конспекта урока по гимнастике (ОПК-8)**Лекция.**

В подготовительной части необходимо подготовить функциональные системы организма (нервную систему, дыхательную систему, сердечно-сосудистую систему, опорно-двигательный аппарат к работе в основной части, с помощью упражнений на внимание, строевых упражнений, упражнений в движении, ОРУ.

В основной части обучить упражнениям на гимнастических снарядах и совершенствовать ранее изученные, с помощью упражнений на снарядах, акробатических и вольных упражнений и прыжков. В заключительной части необходимо снизить частоту сердечных сокращений и эмоциональный фон занимающихся за счёт использования упражнений на равновесие, упражнений на преодоление избыточного мышечного напряжения остаточного повышенного мышечного тонуса.

Практическое занятие.

1. Выбор задач урока в зависимости от возраста занимающихся.
2. Подбор средств для решения поставленных задач.
3. Написание конспекта урока.

Задания для самостоятельной работы.

1. Самостоятельная подготовка конспектов различных типов урока.

Тема 31. Методика проведения уроков по гимнастике. (ОПК-8)**Лекция.**

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций.

Практическое занятие.**Юноши.**

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

1. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в упор присев.
2. Встать, руки в стороны.
3. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
4. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
5. Перемах двумя в упор лежа сзади.
6. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
7. Толчком двумя упор присев.
8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
2. Кувырок вперед в группировке.
3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
5. Толчком двумя упор присев.
6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
7. Наклоном назад «мост».
8. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.
9. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
10. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 32. Акробатические упражнения (ОПК-7)**Лекция.**

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций

Практическое занятие.

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

1. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в упор присев.
2. Встать, руки в стороны.
3. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
4. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
5. Перемах двумя в упор лежа сзади.
6. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
7. Толчком двумя упор присев.
8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное углубленное изучение материалов темы

Тема 33. Планирование и учет работы по гимнастике (ОПК-7)**Лекция.**

Планирование учебной работы по гимнастике в образовательных школах, его значение и задачи. Виды планирования, текущее, календарное, перспективное. Особенности планирования учебной работы в различных возрастных группах. Основные документы планирования: план работы, учебный план, рабочая программа, рабочий план, конспект урока, тест-карта, методика их составления. Учет работы по гимнастике. Основные документы учета.

Практическое занятие.

Разработка основных документов планирования и учета работы по гимнастике в школе.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное углубленное изучение материалов темы.

Тема 34. Упражнения на снарядах (ОПК-7)**Лекция.**

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций

Практическое занятие.

Конь с ручками.

1. С прыжка разноименный круг левой.
2. Одноименный круг правой.
3. Перемах правой и прямое скрещение влево.
4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
2. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
3. Опускание вперед в вис согнувшись.
4. Выкрут вперед.
5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
2. Махом вперед упор углом (держать).
3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
2. Оборот назад.
3. Мах дугой.
4. Махом назад перехват в хват скрестно.
5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
6. Сед углом.
7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
8. Махом вперед соскок.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и зачетных комбинаций

Тема 35. Опорные прыжки (ОПК-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций

Практическое занятие.

Прыжок согнув ноги через опорный снаряд «козел» (h=130 см).

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование элементов и прыжка в целом

Тема 36. Теория судейства соревнований по спортивной гимнастике (ОПК-8)

Лекция.

Соревнования по гимнастике – важная составная часть учебно-тренировочного процесса. Виды соревнований в зависимости от программы, условиям проведения, ведомственности, территории. Основная документация соревнований по гимнастике. Положение о соревнованиях. Порядок выступления в соревнованиях команд и участников. Порядок проведения соревнований (проверка готовности, управление, информация о ходе соревнований, заключительное совещание).

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 37. Составление соревновательных комбинаций (ОПК-8)

Лекция.

Правила составления соревновательных комбинаций по видам гимнастического многоборья. Общая стоимость и трудность упражнений входящих в состав соревновательных комбинаций. Требования к содержанию упражнений соревновательной программы. Терминология упражнений в комбинации. Последовательность упражнений в программе.

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное составление соревновательных комбинаций по видам гимнастического многоборья

Тема 38. Разучивание соревновательных комбинаций (ОПК-7)

Лекция.

не предусмотрена

Практическое занятие.

1. Разучивание и совершенствование наиболее сложных упражнений соревновательной комбинации.
2. Разучивание и совершенствование отдельных связок упражнений соревновательной комбинации.
3. Разучивание и целостное совершенствование соревновательной комбинации.
4. Разучивание и совершенствование Опорных прыжков.

Задания для самостоятельной работы.

1. Дополнительное самостоятельное совершенствование элементов, связок и комбинаций в целом.

Тема 39. Судейство соревновательных комбинаций (ОПК-8)

Лекция.

Оценка упражнений (количество баллов), классификация ошибок. Выведение окончательной оценки при двух, трех, четырех и пяти судьях. Сбавки при падениях на различных снарядах, пропуске и добавлении элементов, при использовании помощи и страховки.

Практическое занятие.

1. Практическое выполнение судейства соревновательных комбинаций на отдельных видах многоборья.
2. . Практическое выполнение судейства упражнений в опорных прыжках.
3. Судейство упражнений с преднамеренно допущенными ошибками, подениями и т.д.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование навыков судейства

Тема 40. Организация и проведение курсовых соревнований. (ОПК-7)

Лекция.

Состав судейской коллегии. Права и обязанности членов главной судейской коллегии: главный судья, главный секретарь, заместители главного судьи. Права и обязанности членов судейских бригад: старший судья, судьи. Права и обязанности участников соревнований, представителя команды, капитана.

Практическое занятие.

1. Распределение обязанностей судейской коллегии среди студентов.
2. Подготовка документации для соревнований.
3. Организация и проведение учебных соревнований среди студентов учебных групп.

Задания для самостоятельной работы.

1. Самостоятельное изучение процедуры проведения соревнований различного уровня.

Тема 41. Участие в курсовых соревнованиях (ОПК-8)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Данный раздел дисциплины предполагает участие студентов в курсовых соревнованиях, где необходимо выполнить разученные ранее соревновательные комбинации. Сумма баллов за выступления у девушек должна быть не менее 32 баллов, у юношей 48 баллов.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельная дополнительная подготовка к участию в соревнованиях

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки

1.	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
2.	Исторический обзор развития гимнастики	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	Собеседование, опрос	10	<p>10-5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>7балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
4.	Гимнастическая терминология	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
5.	Общеразвивающие упражнения. Методика составления и проведения комплекса ОРУ (без предметов)	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

6.	Строевые упражнения	Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>8-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
7.	Акробатические упражнения	Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
8.	Упражнения на снарядах	Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>

9.	Опорные прыжки	Выполнение практических заданий	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями. 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками. 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок. 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура. Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.
10.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
11.	Премияльные баллы		20	Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий – 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов.
12.	Итого за семестр		100	

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	Собеседование, опрос	5	4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики. 2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии гимнастики. 1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Гимнастическая терминология	Собеседование, опрос	5	<p>4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии гимнастики.</p> <p>1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Методика проведения подготовительной части урока	Собеседование, опрос	5	<p>4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии гимнастики.</p> <p>1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>8-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>

		Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
4.	Строевые упражнения.	Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
		Собеседование, опрос	5	<p>4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии гимнастики.</p> <p>1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
5.	Акробатические упражнения.	Выполнение практических заданий	10	<p>9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>

6.	Упражнения на снарядах.	Выполнение практических заданий	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями. 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками. 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок. 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура. Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	8-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их. 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их. 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.
7.	Опорные прыжки	Выполнение практических заданий	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями. 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками. 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок. 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свежо прослеживается его структура. Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.
8.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
9.	Итого за семестр		100	

5 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
--------	------------------------------------	---------------------------------	--------------------	--------------------------------------

1.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
2.	Гимнастическая терминология.	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Основы техники гимнастических упражнений.	Собеседование, опрос	10	<p>10-7 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>6-4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>6-3 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>2-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
4.	Прикладные упражнения	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
5.	Основы обучения гимнастическим упражнениям	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
6.	Строевые упражнения	Выполнение практических заданий	10	<p>10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>6-4 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>3 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>

		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>6-3 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>2-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
7.	Акробатические упражнения	Выполнение практических заданий	10	<p>10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
8.	Упражнения на снарядах.	Выполнение практических заданий	10	<p>10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
9.	Опорные прыжки	Выполнение практических заданий	10	<p>10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
10.	Посещаемость		10	<p>10 баллов – студент посетил все 100% занятий</p> <p>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий</p> <p>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий</p> <p>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий</p> <p>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются</p>
11.	Итого за семестр		100	

6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 40 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
2.	Гимнастическая терминология	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Строевые упражнения.	Собеседование, опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>

		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>7-6 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>5-4 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
4.	Проведение комплекса ОРУ поточным способом без предметов	Выполнение практических заданий	5	<p>5 балла. Хорошее выполнение упражнений</p> <p>3 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
5.	Составление конспекта урока по гимнастике	Собеседование, устный опрос	3	<p>3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>
6.	Методика проведения уроков по гимнастике.	Собеседование, устный опрос	5	<p>5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>

		Контроль ный срез(конт рольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их.</p> <p>7-6 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>5-4 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
7.	Акробатическ е упражнения	Выполне ние практичес ких заданий	3	<p>3 балла. Хорошее выполнение упражнений</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
8.	Планирование и учет работы по гимнастике	Собеседо вание, устный опрос	3	<p>3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается</p>
9.	Упражнения на снарядах	Выполне ние практичес ких заданий	3	<p>3 балла. Хорошее выполнение упражнений</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
10.	Опорные прыжки	Выполне ние практичес ких заданий	3	<p>3 балла. Хорошее выполнение упражнений</p> <p>2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>

11.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
12.	Премиальные баллы	20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий – 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов.
13.	Ответ на экзамене	30	10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «удовлетворительно» 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «хорошо», 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «отлично».
14.	Итого за семестр	100	

7 семестр

- текущий контроль – 50 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Теория судейства соревнований по спортивной гимнастике	Собеседование, устный опрос	5	5-4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики. 3-2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики. 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.

2.	Составление соревновательных комбинаций	Собеседование, опрос	5	<p>5-4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, уметь четко формулировать свои вопросы и отвечать на задаваемые ему вопросы, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>3-2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов, вести дискуссию с использованием терминологии современной гимнастики.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы, зачитывает ответ по напечатанному тексту – ответ баллами не оценивается.</p>
3.	Разучивание соревновательных комбинаций	Выполнение практических заданий	10	<p>10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений.</p> <p>6-4 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>3 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>2-1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.</p>
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить решения проблем и визуализировать их.</p> <p>6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их.</p> <p>4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать</p> <p>1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.</p>
4.	Судейство соревновательных комбинаций	Выполнение практических заданий	10	<p>10 баллов. Уверенное, безошибочное судейство упражнений.</p> <p>6-4 балла. Хорошее судейство упражнений с незначительными неточностями.</p> <p>3 балла. Судейство упражнений с мелкими и средними ошибками.</p> <p>2-1 балл. Удовлетворительное судейство упражнений, но не более двух средних ошибок.</p> <p>Если студент не владеет навыками судейства – выполнение баллами не оценивается.</p>

5.	Организация и проведение курсовых соревнований.	Выполнение практических заданий	10	10-8 баллов. Уверенная, безошибочная организация соревнований. 7-5 балла. Хорошая организация соревнований с незначительными неточностями. 4-2 балла. Организация соревнований с мелкими и средними ошибками. 1 балл. Удовлетворительная организация соревнований, но не более двух средних ошибок. Если студент не владеет навыками организации соревнований – выполнение баллами не оценивается.
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	10 баллов – студент на основании проанализированной литературы выделяет важные проблемы для современной гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, эффективно работает в группе, может грамотно предложить разные решения проблем и визуализировать их. 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы выделяет разные по значимости проблемы гимнастики, может их структурировать в блоки проблем, умеет работать в группе, может предложить одно-два решения проблем и визуализировать их. 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего опыта, с нескольких попыток и при подсказке преподавателя структурировать их, затрудняется работать в группе, предлагать решения проблем и их визуализировать 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего опыта, не может структурировать разные проблемы в блоки, затрудняется предложить решения проблем и их визуализацию.
6.	Участие в курсовых соревнованиях	Выполнение практических заданий	10	10-7 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными неточностями. 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними ошибками. 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более двух средних ошибок. Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллами не оценивается.
7.	Премияльные баллы		20	Дополнительные премияльные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов.
8.	Ответ на экзамене		30	10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «удовлетворительно» 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «хорошо», 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета на оценку «отлично».
9.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
85 - 100 баллов	Отлично
70 - 84 баллов	Хорошо

50 - 69 баллов	Удовлетворительно
Менее 50	Неудовлетворительно

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Выполнение практических заданий

Тема 6. Строевые упражнения

Учебная практика по проведению строевых и общеразвивающих упражнений

Тема 7. Акробатические упражнения

Юноши.

1. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
2. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
3. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
4. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
5. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
6. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
7. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
2. Кувырок вперед в группировке.
3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
5. Толчком двумя упор присев.
6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
7. Наклоном назад «мост».

Тема 8. Упражнения на снарядах

Упражнения из зачетных комбинаций (Юноши).

Конь-махи.

1. С прыжка одноименный круг правой.
2. Перемах правой вперед.

Кольца.

1. Из виса глубоким хватом подъем силой в упор.
2. Упор углом (держат 2-3 сек).
3. Опускание в вис согнувшись.

Прыжок.

Прыжок углом и боком через коня в длину с косого разбега.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках, махом вперед подъем.
2. Махом назад стойка на плечах (держат 2 сек).
3. Кувырок вперед в сед ноги врозь.

Перекладина (низкая).

1. Из виса стоя с разбега, подъем правой в упор ноги врозь.
2. Перехват руками в хват снизу и оборот вперед.

Упражнения из зачетных комбинаций (Девушки).

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.

Тема 9. Опорные прыжки

- Обучение разбегу и наскоку на мостик;
- обучение отталкиванию руками от снаряда;
- обучение движениям в полете и приземлению;
- опорный прыжок ноги врозь через козла

Тема 12. Методика проведения подготовительной части урока

Проведение подготовительной части урока студентами на учебных группах

Тема 13. Строевые упражнения.

Проведение строевых упражнений со студентами своей группы по заданию преподавателя

Тема 14. Акробатические упражнения.

Юноши.

- 1 1. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
- 2 2. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
- 3 3. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
- 4 4. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
- 5 5. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
- 6 6. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
- 7 7. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

- 1 1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
- 2 2. Кувырок вперед в группировке.
- 3 3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
- 4 4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
- 5 5. Толчком двумя упор присев.
- 6 6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
- 7 7. Наклоном назад «мост».

Тема 15. Упражнения на снарядах.

Юноши.

Конь с ручками.

1. С прыжка разноименный круг левой.
2. Одноименный круг правой.
3. Перемах правой и прямое скрещение влево.

4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
2. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
3. Опускание вперед в вис согнувшись.
4. Выкрут вперед.
5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
2. Махом вперед упор углом (держать).
3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
2. Оборот назад.
3. Мах дугой.
4. Махом назад перехват в хват скрестно.
5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
6. Сед углом.
7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
8. Махом вперед соскок.

Бревно.

1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Тема 16. Опорные прыжки

Прыжок ноги врозь через опорный снаряд «козел» (h=130 см).

Тема 22. Строевые упражнения

Учебная практика по проведению строевых и общеразвивающих упражнений

Тема 23. Акробатические упражнения

Юноши.

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

- 1 1. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в упор присев.
- 2 2. Встать, руки в стороны.
- 3 3. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
- 4 4. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
- 5 5. Перемах двумя в упор лежа сзади.
- 6 6. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
- 7 7. Толчком двумя упор присев.
- 8 8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

- 1 1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
- 2 2. Кувырок вперед в группировке.
- 3 3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
- 4 4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
- 5 5. Толчком двумя упор присев.
- 6 6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
- 7 7. Наклоном назад «мост».
- 8 8. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.
- 9 9. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
- 10 10. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Тема 24. Упражнения на снарядах.

Юноши.

Конь с ручками.

- 1 1. С прыжка разноименный круг левой.
- 2 2. Одноименный круг правой.
- 3 3. Перемах правой и прямое скрещение влево.
- 4 4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 180°.

Кольца.

- 1 1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
- 2 2. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
- 3 3. Опускание вперед в вис согнувшись.
- 4 4. Выкрут вперед.
- 5 5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

- 1 1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
- 2 2. Махом вперед упор углом (держать).
- 3 3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
- 4 4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
- 5 5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
- 6 6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

- 1 1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
- 2 2. Оборот назад.
- 3 3. Мах дугой.
- 4 4. Махом назад перехват в хват скрестно.
- 5 5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

- 1 1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
- 2 2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
- 3 3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
- 4 4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
- 5 5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
- 6 6. Сед углом.
- 7 7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
- 8 8. Махом вперед соскок.

Бревно.

- 1 1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
- 2 2. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
- 3 3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
- 4 4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
- 5 5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Тема 25. Опорные прыжки

Прыжок согнув ноги через опорный снаряд «козел» (h=130 см).

Тема 29. Проведение комплекса ОРУ поточным способом без предметов

- 1 1. Составление конспекта ОРУ для проведения поточным способом.
- 2 2. Проведение комплекса ОРУ поточным способом на учебных группах.

Тема 32. Акробатические упражнения

Практическое занятие.

Юноши.

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

- 1 1. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в упор присев.
- 2 2. Встать, руки в стороны.
- 3 3. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
- 4 4. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
- 5 5. Перемах двумя в упор лежа сзади.
- 6 6. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
- 7 7. Толчком двумя упор присев.
- 8 8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

- 1 1. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
- 2 2. Кувырок вперед в группировке.
- 3 3. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
- 4 4. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
- 5 5. Толчком двумя упор присев.
- 6 6. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
- 7 7. Наклоном назад «мост».
- 8 8. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.

- 9 9. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
 10 10. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Тема 34. Упражнения на снарядах

Юноши.

Конь с ручками.

- 1 1. С прыжка разноименный круг левой.
- 2 2. Одноименный круг правой.
- 3 3. Перемах правой и прямое скрещение влево.
- 4 4. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 180°.

Кольца.

- 1 1. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
- 2 2. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
- 3 3. Опускание вперед в вис согнувшись.
- 4 4. Выкрут вперед.
- 5 5. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

- 1 1. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
- 2 2. Махом вперед упор углом (держать).
- 3 3. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
- 4 4. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
- 5 5. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
- 6 6. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

- 1 1. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
- 2 2. Оборот назад.
- 3 3. Мах дугой.
- 4 4. Махом назад перехват в хват скрестно.
- 5 5. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

- 1 1. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правая сверху.
- 2 2. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
- 3 3. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
- 4 4. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
- 5 5. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в сторону.
- 6 6. Сед углом.
- 7 7. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
- 8 8. Махом вперед соскок.

Бревно.

- 1 1. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
- 2 2. Поворот на 90°, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
- 3 3. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
- 4 4. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
- 5 5. 3-4 шага разбега и соскок ноги врозь с конца бревна.

Тема 35. Опорные прыжки

Прыжок согнувшись через опорный снаряд «козел» ($h=130$ см).

Тема 38. Разучивание соревновательных комбинаций

- 1 1. Разучивание и совершенствование наиболее сложных упражнений соревновательной комбинации.
- 2 2. Разучивание и совершенствование отдельных связок упражнений соревновательной комбинации.

Разучивание и целостное совершенствование соревновательной комбинации

Тема 39. Судейство соревновательных комбинаций

Оценка упражнений (количество баллов), классификация ошибок. Выведение окончательной оценки при двух, трех, четырех и пяти судьях

- 1 1. Практическое выполнение судейства соревновательных комбинаций на отдельных видах многоборья.
- . Практическое выполнение судейства упражнений в опорных прыжках.

Тема 40. Организация и проведение курсовых соревнований.

- 1 1. Распределение обязанностей судейской коллегии среди студентов.
- 2 2. Подготовка документации для соревнований.
- 3 3. Организация и проведение учебных соревнований среди студентов учебных групп.

Тема 41. Участие в курсовых соревнованиях

Данный раздел дисциплины предполагает участие студентов в курсовых соревнованиях, где необходимо выполнить разученные ранее соревновательные комбинации. Сумма баллов за выступления у девушек должна быть не менее 32 баллов, у юношей 48 баллов.

Контрольный срез

Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике

Рассмотрение и анализ истории ситуаций при которых возможны травмы на занятиях по гимнастике

- 1 1. Рассмотрение и критический анализ истории развития спортивной гимнастике в России и за рубежом.

Тема 6. Строевые упражнения

1. Составление конспекта для проведения строевых и общеразвивающих упражнений.

Тема 12. Методика проведения подготовительной части урока

1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.

Тема 15. Упражнения на снарядах.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачетных комбинаций

Тема 19. Основы техники гимнастических упражнений.

Рассмотрение и анализ техники сложных упражнений по видам гимнастического многоборья.

Тема 22. Строевые упражнения

Основные понятия строевых упражнений (термины, команды). Значение строевых упражнений на занятиях по гимнастике.

Тема 28. Строевые упражнения.

- 1 1. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.

Тема 31. Методика проведения уроков по гимнастике.

- 1 1. Что означает понятие «методические приемы» и каковы основные методы при обучении гимнастическим упражнениям.
- 2 2. Роль метода практического упражнения для формирования двигательного образа изучаемого движения.
- 3 3. Основные методические приемы, используемые при обучении целостными и расчлененными методами.

Тема 38. Разучивание соревновательных комбинаций

Порядок проведения соревнований (проверка готовности, управление, информация о ходе соревнований, заключительное совещание).

Тема 40. Организация и проведение курсовых соревнований.

Права и обязанности членов главной судейской коллегии: главный судья, главный секретарь, заместители главного судьи. Права и обязанности членов судейских бригад: старший судья, судьи.

Собеседование, опрос

Тема 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина

Гимнастика в системе физического воспитания. Характеристика гимнастики. Предмет гимнастики. Средства гимнастики. История развития гимнастики. Методические особенности гимнастики. Организация и проведение занятий. Виды гимнастики

Тема 2. Исторический обзор развития гимнастики

Значение исторического подхода к изучению гимнастики. Происхождение гимнастики и основные закономерности ее развития. Рабочие спортивно-гимнастические клубы и объединения. Развитие гимнастики в СССР и в России (с 1991 г.). Гимнастика в программе Олимпийских игр. Современное состояние гимнастики в России и за рубежом. Выдающиеся отечественные и зарубежные гимнасты. Современные виды гимнастики.

Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике

Причины возникновения травм. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травматизма. Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов специфическим приемам страховки и помощи при работе с детьми разных возрастных групп и уровня подготовленности

Тема 4. Гимнастическая терминология

Характеристика терминологии, определение, требования к терминологии

Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Методика составления и проведения комплекса ОРУ (без предметов)

Характеристика ОРУ. Классификация. Задачи, методика применения ОРУ.

Тема 10. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему

Тема 11. Гимнастическая терминология

Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их применения. Правила сокращенного описания упражнений.

Тема 12. Методика проведения подготовительной части урока

Задачи подготовительной части урока. Содержание и средства подготовительной части урока.

Тема 13. Строевые упражнения.

Строевые приемы: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Рассчитайсь!», «Шагом марш!», «На месте!», «Прямо!», «Стой!», «Отставить!», «Разойдись!», «Разомкнись!», Сомкнись!»; выход из строя и возвращение в строй. Расчет строя: по порядку, на первый второй, по три, по четыре и т. д., на месте и в движении. Повороты на месте и в движении направо, налево и кругом.

Тема 17. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентов и гимнастов приемам страховки и помощи.

Тема 18. Гимнастическая терминология.

Основные движения: наклоны, махи, выпады и т.д. ОРУ без предметов, с предметами. Терминологическая запись ОРУ по показу, по записи. Проверка правильности записи.

Тема 19. Основы техники гимнастических упражнений.

Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Тяжесть и структура основного дефекта и его влияние на уровень построения движений у инвалидов при выполнении упражнений

Тема 20. Прикладные упражнения

Значение прикладных упражнений в процессе физического воспитания. Содержание и особенности техники прикладных упражнений

Тема 21. Основы обучения гимнастическим упражнениям

Методы, приемы и условия обучения. Особенности общения и регуляции психоэмоционального состояния занимающихся в процессе обучения гимнастическим упражнениям. Методические особенности гимнастики.

Тема 26. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему.

Тема 27. Гимнастическая терминология.

Терминологическая запись, по показу, по заданию преподавателя с последующей проверкой. Терминологическая запись упражнений на снарядах.

Тема 28. Строевые упражнения.

Размыкание приставными шагами и уставное размыкание. Знакомство с приставным, переменным и строевым шагом. Перестроение «уступами», фигурные маршировки: в обход, по диагонали, противоходом, змейкой, «открытой и закрытой петлей», спиралью, из колонны по одному в колонны по 2,4, 8, «дроблением и сведением», повороты в движении.

Тема 37. Составление соревновательных комбинаций

Правила составления соревновательных комбинаций по видам гимнастического многоборья. Общая стоимость и трудность упражнений входящих в состав соревновательных комбинаций.

Собеседование, устный опрос

Тема 30. Составление конспекта урока по гимнастике

1. Выбор задач урока в зависимости от возраста занимающихся.
2. Подбор средств для решения поставленных задач.

Написание конспекта урока

Тема 31. Методика проведения уроков по гимнастике.

Части урока, задачи решаемые в каждой части

Тема 33. Планирование и учет работы по гимнастике

Виды планирования, текущее, календарное, перспективное. Особенности планирования учебной работы в различных возрастных группах. Основные документы планирования

Тема 36. Теория судейства соревнований по спортивной гимнастике

Виды соревнований в зависимости от программы, условиям проведения, ведомственности, территории. Основная документация соревнований по гимнастике. Положение о соревнованиях.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета, экзамена

Типовые вопросы зачета (ОПК-7, ОПК-8)

Содержание и средства подготовительной части урока. Написание конспекта подготовительной части урока. Варьирование нагрузки в зависимости от задач урока. Разбор школьных программ. Характеристика применяемых общеразвивающих упражнений.

Типовые задания для зачета (ОПК-7, ОПК-8)

составить комплекс ОРУ

разработать конспект подготовительной части занятия

Типовые вопросы экзамена (ОПК-7, ОПК-8)

1. . Положение о соревнованиях.
2. Работа судейской бригады.
3. Особенности судейства произвольной программы.
4. Особенности судейства обязательной программы.
5. Спортивная тренировка по гимнастике, цели, задачи.
6. Особенности тренировки в подготовительном периоде.
7. Особенности тренировки в соревновательном периоде.

Типовые задания для экзамена (ОПК-7, ОПК-8)

1. Подготовить соревновательные комбинации по видам гимнастического многоборья.
2. Провести учебные соревнования по гимнастике.
3. Выполнить на оценку соревновательные комбинации на снарядах.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Зачет

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ОПК-7	Выстраивает конструктивное групповое и межличностное взаимодействие участников образовательных отношений с учетом достижений психологической
	ОПК-8	Умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сф
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ОПК-7	не может выстраивать конструктивное групповое и межличностное взаимодействие участников образовательных отношений с учетом достижений психологической
	ОПК-8	Не способен осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сф

Экзамен

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«отлично» (85 - 100 баллов)	ОПК-7	Отлично знает психолого-педагогические, организационные основы и современные методики командного взаимодействия участников образовательных отношений.
	ОПК-8	Отлично знает особенности педагогической деятельности, требования к ее субъектам; современные научные знания в предметной современной области.
«хорошо» (70 - 84 баллов)	ОПК-7	Хорошо знает психолого-педагогические, организационные основы и современные методики командного взаимодействия участников образовательных отношений.
	ОПК-8	Хорошо знает особенности педагогической деятельности, требования к ее субъектам; современные научные знания в предметной современной области
«удовлетворительно» (50 - 69 баллов)	ОПК-7	Удовлетворительно знает психолого-педагогические, организационные основы и современные методики командного взаимодействия участников образовательных отношений
	ОПК-8	Удовлетворительно знает особенности педагогической деятельности, требования к ее субъектам; современные научные знания в предметной современной области.
«неудовлетворительно» (менее 50 баллов)	ОПК-7	Не знает психолого-педагогические, организационные основы и современные методики командного взаимодействия участников образовательных отношений.
	ОПК-8	Не знает особенности педагогической деятельности, требования к ее субъектам; современные научные знания в предметной

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться. Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;

- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Журавин М.Л., Меньшиков Н.К. Гимнастика : Учебник для вузов. - 2-е изд., стер.. - М.: Академия, 2002. - 444 с.
2. Журавин М.Л., Меньшиков Н.К. Гимнастика : учебник. - 6-е изд., стер.. - М.: Академия, 2009. - 448 с.

6.2 Дополнительная литература:

1. Алаева Л. С., Клецов К. Г., Зябрева Т. И. Гимнастика: общеразвивающие упражнения : учебное пособие. - Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. - 72 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271>
2. Савельева Л. А., Терехина Р. Н., Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафт высших достижений: спортивная гимнастика : учеб. пособие. - М.: Человек, 2014. - 148 с.
3. Сычев А.В., Краснощек А.С. Гимнастика : метод. рекомендации для студентов заоч. отд-ния фак. физ. культуры. - Тамбов: [Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина], 1997. - 47 с.

6.3 Иные источники:

1. Каталог образовательных интернет-ресурсов - http://www.edu.ru/index.php?page_id=6
2. Министерство спорта Российской Федерации - <https://minsport.gov.ru/>
3. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Операционная система Microsoft Windows XP SP3

Office 2007, 2010, 2016

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Федеральный портал «Российское образование». – URL: <https://www.edu.ru>
2. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
3. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.