

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.17 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: 2018

Автор программы:

Кандидат педагогических наук, Сысоев Александр Николаевич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 - Пед
Рабочая программа принята на заседании Кафедры теории и методики физической культуры «17» дек:
Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Про

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.....	18
5 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	34
6 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	35
7 Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональны	35

[illegible]

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Методика преподавания профильных дисциплин» относится к обязательной части учебной программы. Дисциплина «Методика преподавания профильных дисциплин» изучается в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах.

3. Объем и содержание дисциплины

3.1. Объем дисциплины: 22 з.е.

Очная: 22 з.е.

Заочная: 22 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	792	792
Контактная работа	344	78
Лекции (Лекции)	152	36
Практические (Практ. раб.)	192	42
Самостоятельная работа (СР)	340	683
Экзамен	108	27
Зачет	-	4

3.2. Содержание курса:

№ темы	Название ра	Вид учебной раб						Формы теку
		Лекци		Практ		СР		
		О	З	О	З	О	З	
3 семестр								
1	Гимнастика как спо	2	1	-	-	2	10	Собеседова
2	Исторический обзор	2	1	-	-	4	10	Собеседова
3	Предупреждение тр	2	1	-	-	2	10	Собеседован
4	Гимнастическая тер	4	1	-	-	4	10	Собеседова
5	Общеразвивающие	4	1	-	-	2	10	Собеседова
6	Строевые упражнен	4	1	4	1	4	10	Выполнение п
7	Акробатические упр	-	-	4	1	6	10	Выполнение
8	Упражнения на снар	-	-	4	2	6	10	Выполнение
9	Опорные прыжки	-	-	6	2	6	12	Выполнение
4 семестр								
10	Предупреждение тр	8	1	-	-	4	10	Собеседова
11	Гимнастическая тер	8	1	-	-	10	14	Собеседова
12	Методика проведен	10	2	6	1	10	16	Собеседовани
13	Строевые упражнен	10	2	6	1	12	14	Выполнение п
14	Акробатические упр	-	-	6	1	12	14	Выполнение
15	Упражнения на снар	-	-	10	1	12	14	Выполнение п
16	Опорные прыжки	-	-	8	2	12	14	Выполнение
5 семестр								
17	Предупреждение тр	4	-	-	-	4	16	Собеседова
18	Гимнастическая тер	2	1	4	-	10	16	Собеседова
19	Основы техники гим	4	1	4	1	10	16	Собеседован
20	Прикладные упражн	4	1	4	1	10	16	Собеседова
21	Основы обучения г	6	1	6	1	12	17	Собеседова
22	Строевые упражнен	4	1	4	1	10	18	Выполнение п

23	Акробатические упр	2	1	14	2	12	18	Выполнение
24	Упражнения на снар	2	1	14	2	12	18	Выполнение
25	Опорные прыжки	2	1	10	2	10	18	Выполнение
6 семестр								
26	Предупреждение тр	4	-	-	-	4	24	Собеседова
27	Гимнастическая тер	4	1	4	-	14	24	Собеседова
28	Строевые упражнен	6	1	6	2	14	24	Собеседован
29	Проведение компле	6	2	6	2	12	24	Выполнение
30	Составление конспе	6	1	6	1	12	25	Собеседова
31	Методика проведен	6	2	6	5	12	26	Собеседовани
32	Акробатические упр	6	1	6	1	8	26	Выполнение
33	Планирование и уче	6	2	8	1	12	26	Собеседова
34	Упражнения на снар	6	1	6	2	8	26	Выполнение
35	Опорные прыжки	6	1	8	2	8	26	Выполнение
7 семестр								
36	Теория судейства со	4	1	-	-	8	15	Собеседова
37	Составление соревн	4	1	-	-	3	16	Собеседова
38	Разучивание соревн	-	-	10	1	10	16	Выполнение
39	Судейство соревнований	2	1	4	1	6	14	Выполнение
40	Организация и пров	2	1	4	1	6	14	Выполнение
41	Участие в курсовых	-	-	4	1	5	16	Выполнение

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

Лекция.

Гимнастика в системе физического воспитания. Характеристика гимнастики. Предмет гимнастика. Ср

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1Рассмотрение и критический анализ представлений о спортивной гимнастике в России и за рубе:
Углубленное изучение материалов темы

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

Лекция.

Значение исторического подхода к изучению гимнастики. Происхождение гимнастики и основные зак

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1Рассмотрение и критический анализ истории развития спортивной гимнастике в России и за руб:
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. Профилакти

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1Рассмотрение и анализ истории ситуаций при которых возможны травмы на занятиях по гимнас
Углубленное изучение материалов темы

Тема 4. Гимнастическая терминология (ОПК-8)

Лекция.

Характеристика терминологии, определение, требования к терминологии. Правила сокращения и уточ

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-5)

Лекция.

Характеристика ОРУ. Классификация. Задачи, методика применения ОРУ. Методика подбора и чередо

Практическое занятие.

ПровеНе предусмотреноение комплексов ОРУ без предметов

Задания для самостоятельной работы.

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

Тема 6. Строевые упражнения (ОПК-5)

Лекция.

Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две, из одной шеренги в три на месте. Перестр

Практическое занятие.

Учебная пракНе предусмотреноика 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 свес.
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 стойку.

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-5)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика тр

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы

Тема 11. Гимнастическая терминология (ОПК-8)

Лекция.

Обзор развития гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способ

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. Написа

Практическое занятие.

Проведение подготовительной части урока студентами на учебных группах

Задания для самостоятельной работы.

Углубленное изучение материалов темы.

Тема 13. Строевые упражнения. (ОПК-7)

Лекция.

Понятия: строй, шеренга, колонна, фронт, фланг, тыльная сторона строя, дистанция, интервал, ширина
Строевые приемы: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Рассчитайсь!», «Шагом марш»
Перестроения: из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два и обратно и

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 заче

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.

- 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

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

Практическое занятие.

Юноши.

Конь с ручками.

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

Кольца.

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

Брусья.

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

Перекладина.

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

Девушки.

Брусья р/в.

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

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 заче

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-5)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика тр

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 18. Гимнастическая терминология. (ОПК-8)

Лекция.

Основные положения рук, ног, стойки, движения руками (кратчайшие, движения дугами, круги рукам
Терминологическая запись упражнений на снарядах. По записи, по показу, по заданию преподавателя

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-7)

Лекция.

Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Тяжесть и струн

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-7)

Лекция.

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

Практическое занятие.

Обучение и совершенствование техники прикладных упражнений.

Задания для самостоятельной работы.

Самостоятельное совершенствование изученных упражнений

Тема 21. Основы обучения гимнастическим упражнениям (ОПК-7)

Лекция.

Процесс обучения двигательным действиям. Знания и представления о технике упражнений. Умения и навыки

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 физическим воспитанием

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 лежа.
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 зачёта

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 180°.

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

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.
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 зачёта

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-5)

Лекция.

Причины возникновения. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилактика травм

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

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-7)

Лекция.

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

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-7)

Лекция.

Составление конспекта подготовительной части урока по гимнастике.

Методика разработки подготовительной части урока с учётом применения поточного способа проведения

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-7)

Лекция.

В подготовительной части необходимо подготовить функциональные системы организма (нервную систему)

В основной части обучить упражнениям на гимнастических снарядах и совершенствовать ранее изученные

В заключительной части необходимо снизить частоту сердечных сокращений и эмоциональный фон з

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-7)

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачёта

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 у.
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

Лекция.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав зачёта

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 у.
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-5)

Лекция.

Планирование учебной работы по гимнастике в образовательных школах, его значение и задачи. Видь

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 заче

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, права
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
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 заче

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 – важнейшая составная часть учебно-тренировочного процесса. Виды с

Практическое занятие.

Не предусмотрено

Задания для самостоятельной работы.

1. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 37. Составление соревновательных комбинаций (ОПК-7)**Лекция.**

Правила составления соревновательных комбинаций по видам гимнастического многоборья. Общая с

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-5)**Лекция.**

Оценка упражнений (количество баллов), классификация ошибок. Выведение окончательной оценки и

Практическое занятие.

1. Практическое выполнение судейства соревновательных комбинаций на отдельных видах м
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,

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-5)

Лекция.

не предусмотрено

Практическое занятие.

Данный раздел дисциплины предполагает участие студентов в курсовых соревнованиях, где необходи

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 – 65 баллов
- контрольные срезы – 2 среза: 15 баллов, 10 баллов
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ т мы	Название т	Формы	Мах. ко	Методика проведения занятия и оце
1.	Гимнастика	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме пр Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
2.	Историчес	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме пр Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
3.	Предупрежд	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме пр Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат

		Контрольный срез(контрольный срез)	15	15 баллов – студент на основании проанализированной литературы 10 балла – студент на основании проанализированной литературы 5 балла – студент может выделить несколько проблем на основании 3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего
4.	Гимнастич	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме пр Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать
5.	Общеразвиваю	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 4 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 3-1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме пр Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать
6.	Строевые	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средн 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
		Контрольный срез(контрольный срез)	10	8-10 баллов – студент на основании проанализированной литерату 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературы 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основан 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своего
7.	Акробатич	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средн 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
8.	Упражнен	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средн 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
9.	Опорные	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средн 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
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 б		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 балл
12.	Итого за семес		100	

4 семестр

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

Распределение баллов по заданиям:

№ т мы	Название т	Формы	Мах. ко	Методика проведения занятия и оце
1.	Предупрежд	Собесе	5	4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготов 2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к 1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
2.	Гимнастич	Собесе	5	4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготов 2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к 1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
3.	Методика п	Собесе	5	4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготов 2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к 1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
		Контрол ьный срез(конт рольный срез)	10	8-10 баллов – студент на основании проанализированной литерату 6-7 балла – студент на основании проанализированной литерату 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основат 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своег
		Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и сред 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
4.	Строевые	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и сред 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
		Собесе	5	4-5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготов 2-3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к 1- балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
5.	Акробатич	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и сред 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
6.	Упражнен	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и сред 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не б 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
		Контрол ьный срез(конт рольный срез)	10	8-10 баллов – студент на основании проанализированной литерату 6-7 балла – студент на основании проанализированной литерату 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основат 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своег

7.	Опорные	Выполн	10	9-10 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 7-8 баллов. Хорошее выполнение упражнений с незначительными 5-6 баллов. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средн 3-4 балла. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не бо 1-2 балла. Упражнение выполнено с грубыми ошибками, но свеж Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
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.	Премияльные б		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 балл
10.	Итого за семес		100	

5 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 60 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 15 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ т мы	Название т	Формы	Мах. ко	Методика проведения занятия и оце
1.	Предупрежд	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме пра Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
2.	Гимнастич	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме пра Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
3.	Основы тех	Собесе	5	5-4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовк 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 321 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме пра Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
		Контрол ьный срез(конт рольный срез)	15	15-10 баллов – студент на основании проанализированной литерат 9-7 балла – студент на основании проанализированной литературы 6-3 балла – студент может выделить несколько проблем на основан 2-1 балла – студент может выделить проблему на основании своег
4.	Прикладн	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме пра Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
5.	Основы об	Собесе	5	5 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 2-1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме пра Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
6.	Строевые	Выполн	5	5-4 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными нет 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не боле Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл

		Контрольный срез(контрольный срез)	15	15-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы 9-7 балла – студент на основании проанализированной литературы 6-3 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего 2-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего
7.	Акробатич	Выполн	10	10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными н 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не боле Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
8.	Упражнен	Выполн	10	10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными н 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не боле Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
9.	Опорные	Выполн	10	10-7 балла. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 6-3 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными н 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не боле Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
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 б		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 балл
12.	Итого за семес		100	

6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 30 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 15 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ т мы	Название т	Формы	Мах. ко	Методика проведения занятия и оце
1.	Предупрежд	Собесе	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
2.	Гимнастич	Собесе	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
3.	Строевые	Собесе	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к п 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к п 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практ Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат

		Контрольный срез(контрольный срез)	15	15-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы 7-6 балла – студент на основании проанализированной литературы 5-4 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего анализа 3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего анализа
4.	Проведение	Выполн	3	3 балла. Хорошее выполнение упражнений 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними упражнениями 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более 1 балла Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллов не начисляется
5.	Составление	Собесед	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию 1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы
6.	Методика п	Собесед	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию 1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы
		Контрольный срез(контрольный срез)	15	15-10 баллов – студент на основании проанализированной литературы 7-6 балла – студент на основании проанализированной литературы 5-4 балла – студент может выделить несколько проблем на основании своего анализа 3-1 балла – студент может выделить проблему на основании своего анализа
7.	Акробатич	Выполн	3	3 балла. Хорошее выполнение упражнений 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними упражнениями 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более 1 балла Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллов не начисляется
8.	Планирова	Собесед	3	3 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к занятию информацию 2 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к занятию информацию 1 балла – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечать на вопросы
9.	Упражнен	Выполн	3	3 балла. Хорошее выполнение упражнений 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними упражнениями 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более 1 балла Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллов не начисляется
10.	Опорные	Выполн	3	3 балла. Хорошее выполнение упражнений 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средними упражнениями 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более 1 балла Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение баллов не начисляется
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.	Премияльные б		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий – 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 баллов
13.	Ответ на экзамен		30	10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания билета
14.	Итого за семестр		100	

7 семестр

- текущий контроль – 40 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 15 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов
- ответ на экзамене: не более 30 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ т мы	Название т	Формы	Мах. ко	Методика проведения занятия и оце
1.	Теория суде	Собесе	5	5-4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовк 3-2 балла - студент умеет применять полученную при подготовк 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
2.	Составлени	Собесе	5	5-4 балла – студент умеет сопоставить полученную при подготовк 3-2 балла - студент умеет применять полученную при подготовк 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме прак Если студент не владеет проблематикой занятия, не может отвечат
3.	Разучивани	Выполн	5	5 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 4 балла. Хорошее выполнение упражнений с незначительными нет 3 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 2-1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не бо Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
		Контрол ьный срез(конт рольный срез)	15	10-15 баллов – студент на основании проанализированной литерат 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературь 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основан 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своег
4.	Судейство	Выполн	5	5 баллов. Уверенное, безошибочное судейство упражнений. 4 балла. Хорошее судейство упражнений с незначительными неточ 3 балла. Судейство упражнений с мелкими и средними ошибками. 2-1 балл. Удовлетворительное судейство упражнений, но не более Если студент не владеет навыками судейства – выполнение баллам
5.	Организаци	Выполн	10	10-8 баллов. Уверенная, безошибочная организация соревнований. 7-5 балла. Хорошая организация соревнований с незначительными 4-2 балла. Организация соревнований с мелкими и средними ошиб 1 балл. Удовлетворительная организация соревнований, но не боле Если студент не владеет навыками организации соревнований – вы
		Контрол ьный срез(конт рольный срез)	15	10-15 баллов – студент на основании проанализированной литерат 6-7 балла – студент на основании проанализированной литературь 4-5 балла – студент может выделить несколько проблем на основан 1-3 балла – студент может выделить проблему на основании своег
6.	Участие в	Выполн	10	10-7 баллов. Уверенное, безошибочное выполнение упражнений. 2 балла. Целостное выполнение упражнений с мелкими и средним 1 балл. Удовлетворительное выполнение упражнений, но не более Если студент не владеет техникой упражнения – выполнение балл
7.	Премияльные б		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за систематическое посещение занятий– 5 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 15 балл
8.	Ответ на экза		30	10-17 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле 18-24 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле 25-30 баллов – студент раскрыл основные вопросы и задания биле
9.	Итого за семес		100	

Итоговая оценка по экзамену выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной

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.

11. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
12. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
13. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
14. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
15. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
16. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
17. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

11. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
12. Кувырок вперед в группировке.
13. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
14. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
15. Толчком двумя упор присев.
16. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
17. Наклоном назад «мост».

Тема 8. Упражнения на снарядах

Упражнения из зачетных комбинаций (Юноши).

Конь-махи.

11. С прыжка одноименный круг правой.
12. Перемах правой вперед.

Кольца.

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

Прыжок.

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

Брусья.

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

Перекладина (низкая).

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

Упражнения из зачетных комбинаций (Девушки).

Брусья р/в.

11. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, прав:
12. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
13. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.

44. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.

45. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в Бревно.

11. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.

22. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.

33. 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

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.

11. «Старт пловца», прыжком кувырок вперед в группировке.
22. Кувырок вперед в группировке в упор присев.
33. Силой согнувшись, стойка на голове и руках (держат 2-3 сек).
44. Опускание в упор присев (сгибая ноги) и кувырок назад в группировке.
55. Встать, руки вверх и шагом левой равновесие, руки в стороны-вверх (держат).
66. Выпрямляясь, махом правой поворот кругом, руки вверх.
77. 2-3 шага разбега и два переворота боком, поворот на 900 и прыжок вверх с приземлением.

Девушки.

11. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
22. Кувырок вперед в группировке.
33. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
44. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
55. Толчком двумя упор присев.
66. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
77. Наклоном назад «мост».

Тема 15. Упражнения на снарядах.

Юноши.

Конь с ручками.

11. С прыжка разноименный круг левой.
22. Одноименный круг правой.
33. Перемах правой и прямое скрещение влево.
44. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

11. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
22. Мах назад и махом вперед упор углом (держат).
33. Опускание вперед в вис согнувшись.

44. Выкрут вперед.

55. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

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

22. Махом вперед упор углом (держать).

33. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).

44. Кувырок вперед в сед ноги врозь.

55. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.

66. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

11. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.

22. Оборот назад.

33. Мах дугой.

44. Махом назад перехват в хват скрестно.

55. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

11. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правую в вис.

22. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.

33. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.

44. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.

55. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в вис.

66. Сед углом.

77. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.

88. Махом вперед соскок.

Бревно.

11. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.

22. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.

33. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.

44. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.

55. 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.

11. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед.

22. Встать, руки в стороны.

33. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.

44. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.

55. Перемах двумя в упор лежа сзади.

66. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.

- 77. Толчком двумя упор присев.
- 8. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

- 11. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
- 22. Кувырок вперед в группировке.
- 33. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
- 44. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
- 55. Толчком двумя упор присев.
- 66. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
- 77. Наклоном назад «мост».
- 88. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.
- 99. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
- 110. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Тема 24. Упражнения на снарядах.

Юноши.

Конь с ручками.

- 11. С прыжка разноименный круг левой.
- 22. Одноименный круг правой.
- 33. Перемах правой и прямое скрещение влево.
- 44. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 180°.

Кольца.

- 11. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
- 22. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
- 33. Опускание вперед в вис согнувшись.
- 44. Выкрут вперед.
- 55. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

- 11. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
- 22. Махом вперед упор углом (держать).
- 33. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
- 44. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
- 55. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
- 66. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

- 11. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
- 22. Оборот назад.
- 33. Мах дугой.
- 44. Махом назад перехват в хват скрестно.
- 55. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

- 11. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, правую руку в упор.
- 22. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
- 33. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
- 44. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
- 55. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую руку в упор.
- 66. Сед углом.

- 77. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
- 8. Махом вперед соскок.

Бревно.

- 11. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
- 22. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
- 33. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
- 44. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
- 55. 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

- 11. Составление конспекта ОРУ для проведения поточным способом.
- 22. Проведение комплекса ОРУ поточным способом на учебных группах.

Тема 32. Акробатические упражнения

Практическое занятие.

Юноши.

И.п. – стоя лицом к основному направлению.

- 11. Шаг левой ногой руки вверх, махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед.
- 22. Встать, руки в стороны.
- 33. Падение в упор лежа на согнутые руки, левая нога назад.
- 44. Выпрямляя руки и приставляя левую упор лежа.
- 55. Перемах двумя в упор лежа сзади.
- 66. Поворот налево кругом, правая рука через сторону в упор лежа.
- 77. Толчком двумя упор присев.
- 88. Встать, 2-3 шага разбега рондат.

Девушки.

- 11. Шагом левой равновесие, дугами вперед руки вверх - в стороны.
- 22. Кувырок вперед в группировке.
- 33. Кувырок вперед в сед, руки в стороны.
- 44. Наклон вперед и кувырок назад прогнувшись через плечо в упор лежа на бедрах.
- 55. Толчком двумя упор присев.
- 66. Встать и прыжком стойка ноги врозь, руки вверх.
- 77. Наклоном назад «мост».
- 88. Поворот направо (налево), толчком двумя упор присев.
- 99. Встать, 2-3 шага разбега, переворот боком влево.
- 110. Поворот налево и, приставляя правую, прыжок вверх прогнувшись.

Тема 34. Упражнения на снарядах

Юноши.

Конь с ручками.

- 11. С прыжка разноименный круг левой.
- 22. Одноименный круг правой.
- 33. Перемах правой и прямое скрещение влево.
- 44. Перемах правой и соскок углом влево-назад с разноименным поворотом на 1800.

Кольца.

11. Из размахивания в висе махом вперед подъем.
22. Мах назад и махом вперед упор углом (держать).
33. Опускание вперед в вис согнувшись.
44. Выкрут вперед.
55. Мах назад и махом вперед соскок переворотом ноги врозь.

Брусья.

11. Из размахивания в упоре на руках махом назад подъем.
22. Махом вперед упор углом (держать).
33. Силой согнувшись стойка на плечах (держать).
44. Кувырок вперед в сед ноги врозь.
55. Перехват за концы жердей и перемах внутрь.
66. Мах вперед и махом назад соскок ноги врозь.

Перекладина.

11. Из размахивания в висе подъем разгибом и мах назад.
22. Оборот назад.
33. Мах дугой.
44. Махом назад перехват в хват скрестно.
55. Махом вперед поворот кругом и соскок махом вперед.

Девушки.

Брусья р/в.

11. Из размахивания в висе на в/ж лицом внутрь перемах согнувшись в вис присев на левой, 1
22. Махом одной и толчком другой подъем переворотом на в/ж.
33. Спад назад в вис лежа ноги врозь на н/ж, правая сверху.
44. Перехват руками за н/ж в хват снизу и оборот вперед в упоре ноги врозь.
55. Перемах левой вперед и поворот налево в сед на левом бедре, левая рука на в/ж, правую р
66. Сед углом.
77. Поворот налево с перехватом правой рукой за в/ж в сед на н/ж, лицом внутрь.
88. Махом вперед соскок.

Бревно.

11. С прямого разбега вскок в упор присев на левую, правую в сторону на носок.
22. Поворот на 900, правую вперед на носок, левую руку вперед-книзу, правую назад-кверху.
33. Встать, руки в сторону, два прыжка со сменой ног с продвижением вперед.
44. Поворот кругом на носках и шагом левой вперед равновесие, руки вперед-книзу.
55. 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

11. Разучивание и совершенствование наиболее сложных упражнений соревновательной комби
22. Разучивание и совершенствование отдельных связок упражнений соревновательной комби

Разучивание и целостное совершенствование соревновательной комбинации

Тема 39. Судейство соревновательных комбинаций

Оценка упражнений (количество баллов), классификация ошибок. Выведение окончательной оценки 1

11. Практическое выполнение судейства соревновательных комбинаций на отдельных ви

. Практическое выполнение судейства упражнений в опорных прыжках.

Тема 40. Организация и проведение курсовых соревнований

11. Распределение обязанностей судейской коллегии среди студентов.
22. Подготовка документации для соревнований.
33. 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 необходи

Контрольный срез

Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике

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

11. Рассмотрение и критический анализ истории развития спортивной гимнастики в Рос

Тема 6. Строевые упражнения

11. Составление конспекта для проведения строевых и общеразвивающих упражнений.

Тема 12. Методика проведения подготовительной части

11. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.

Тема 15. Упражнения на снарядах.

Основы техники и биомеханические закономерности выполнения упражнений входящих в состав заче

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 зан

Тема 28. Строевые упражнения.

11. Рассмотрение и анализ специальных терминов присущих спортивной гимнастике.

Тема 31. Методика проведения уроков по гимнастике.

11. Что означает понятие «методические приемы» и каковы основные методы при обучении гимна
22. Роль метода практического упражнения для формирования двигательного образа изучаемого д
33. Основные методические приемы, используемые при обучении целостными и расчлененными м

Тема 38. Разучивание соревновательных комбинаций

Порядок проведения соревнований (проверка готовности, управление, информация о ходе соревнова

Тема 40. Организация и проведение курсовых соревнований

Права и обязанности членов главной судейской коллегии: главный судья, главный секретарь, заместит

Собеседование, опрос

Тема 1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дис

Гимнастика в системе физического воспитания. Характеристика гимнастики. Предмет гимнастика. Ср

Тема 2. Исторический обзор развития гимнастики

Значение исторического подхода к изучению гимнастики. Происхождение гимнастики и основные зак

Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях по

Причины возникновения травм. Правила оказания первой помощи при типичных травмах. Профилакти

Тема 4. Гимнастическая терминология

Характеристика терминологии, определение, требования к терминологии

Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Методика состав

Характеристика ОРУ. Классификация. Задачи, методика применения ОРУ.

Тема 10. Предупреждение травматизма на занятиях по

Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. О

Тема 11. Гимнастическая терминология

Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их применен

Тема 12. Методика проведения подготовительной части

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

Тема 13. Строевые упражнения.

Строевые приемы: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Рассчитайсь!», «Шагом марш

Тема 17. Предупреждение травматизма на занятиях по

Виды страховки и помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Обучение студентс

Тема 18. Гимнастическая терминология.

Основные движения: наклоны, махи, выпады и т.д. ОРУ без предметов, с предметами. Терминологич

Тема 19. Основы техники гимнастических упражнений

Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Тяжесть и стру

Тема 20. Прикладные упражнения

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

Тема 21. Основы обучения гимнастическим упражнен

Методы, приемы и условия обучения. Особенности общения и регуляции психоэмоционального состо

Тема 26. Предупреждение травматизма на занятиях по

Страховка и помощь как мера предупреждения травм и метод обучения. Виды страховки и помощи. О

Тема 27. Гимнастическая терминология.

Терминологизаписи, по показу, по заданию преподавателя с последующей проверкой. Гимнастическая запись ут

Тема 28. Строевые упражнения.

Размыкание приставными шагами и уставное размыкание. Знакомство с приставным, переменным и с

Тема 37. Составление соревновательных комбинаций

Правила составления соревновательных комбинаций по видам гимнастического многоборья. Общая с

Собеседование, устный опрос

Тема 30. Составление конспекта урока по гимнастике

11. Выбор задач урока в зависимости от возраста занимающихся.

12. 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 рабо

Тема 36. Теория судейства соревнований по спортивной

Виды соревнований в зависимости от программы, условиям проведения, ведомственности, территории

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета, экзамена

Типовые вопросы зачета (ОПК-5, ОПК-7, ОПК-8)

Типовые задания для зачета (ОПК-5, ОПК-7, ОПК-8)

Типовые вопросы экзамена (ОПК-5, 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-5, 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	Компет	Дескрипторы (уровни) – основные призна
«зачтено» (50 - 100 балл	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой на
«не зачтено» (0 - 49 баллов	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Не умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с опорой

Экзамен

Оценка	Компет	Дескрипторы (уровни) – основные призна
«отлично» (85 - 100 балл	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Отлично умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с о
«хорошо» (70 - 84 балло	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Хорошо умеет осуществлять учебно-воспитательный процесс с о
«удовлетворите	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Удовлетворительно умеет осуществлять учебно-воспитательный
«неудовлетвори	ОПК-5	
	ОПК-7	
	ОПК-8	Неудовлетворительно умеет осуществлять учебно-воспитательны

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 содер-
Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «У-
В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплин
В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуем
В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессии

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 л
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в
- 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
Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с о
Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответ
В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение
- 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 практич
Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинирова

- 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 от
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие)
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, умение ораторствовать
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения

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, 2009. - 448 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. - М.: Академия, 2009. - 128 с.
2. Савельева Л. А., Терехина Р. Н., Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб.: Лань, 2009. - 128 с.
3. Сычев А.В., Краснощек А.С. Гимнастика : метод. рекомендации для студентов заоч. отделения фак. физ. культуры и спорта. - М.: Академия, 2009. - 128 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 и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной техникой.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к интернету.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, слайды, видеофильмы.

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 средств.