

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Дагестанский государственный педагогический университет»
Кафедра спортивных дисциплин и единоборств



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬ-
НЫХ ОТНОШЕНИЙ
Б1.В.05 АКРОБАТИКА

Направление – 44.03.01 – «Педагогическое образование»

Профиль - Физическая культура

Квалификация – бакалавр

Формы обучения - очная; заочная

Форма обучения	Трудо-емкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Промежуточный контроль			
очная	108	10	38			60	Зачет	
заочная	108	2	6			100	Зачет	

Махачкала, 2021

Автор(ы) рабочей программы дисциплины: Б1.В.05 АКРОБАТИКА
Омаров О.М., доцент кафедры СД, доцент.

Программа утверждена на заседаниях:

кафедры спортивных дисциплин и единоборств
(протокол № 8 от «23» апреля 2021 г.)

Зав. кафедрой Мансуров Т.М., к.п.н., доцент
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

Ученом совете факультета
(протокол № 8 от «29» апреля 2021 г.)

Председатель совета Маманов В. И.
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

методическом совете ДПУ
(протокол № 3 от «31» мая 2021 г.)

Председатель совета: д.физ.н., профессор И.А. Дибиров
(ФИО, ученое звание)


(подпись)

1. Цель и задачи освоения дисциплины.

Целями освоения дисциплины (модуля) «Акробатика» является формирование у студентов специальных знаний и умений в области теории и методики акробатики; обогащение занимающихся двигательным опытом; формирование организаторских и профессионально-прикладных умений, навыков и компетенций, необходимых для успешной будущей педагогической деятельности; развитие и самореализация творческого потенциала личности.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.

Дисциплина Б1.В.05 «Акробатика» относится к обязательным дисциплинам вариативной части основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль – физическая культура.

Связь с другими дисциплинами учебного плана:

Перечень действующих предшествующих дисциплин	Перечень последующих дисциплин
1. «Анатомия» 2. «История физической культуры» 3. «Подвижные игры» 4. «Легкая атлетика» 5. «Плавание» 6. «Биохимия» 7. «Гимнастика»	1. «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» 2. «Возрастная анатомия, физиология и гигиена» 3. «Физиология» 4. «Теория и методика физического воспитания и спорта» 5. «Баскетбол» 6. «Футбол» 7. «Инновационные технологии в области ФКиС» 8. «Волейбол» 9. «Физиология физического воспитания и спорта» 10. «Гигиена физического воспитания и спорта» 11. «Спортивная медицина» 12. «Лечебная физическая культура» 13. «Биомеханика» 14. «Педагогика физической культуры и спорта» 15. «Спортивная подготовка базовых видов спорта».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Формируемые компетенции		Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Код	Наименование	
		Профессиональные компетенции (ПК)
		Педагогическая, проектная виды деятельности
ПК-2	способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	Знать: - теорию и методику акробатики; - методы и технологии обучения учащихся двигательным действиям, применимые для преподавания учебного предмета «Физическая культура» (раздел «Акробатика»); - средства контроля и оценивания знаний, умений и навыков учащихся. Уметь: - отбирать и практически использовать современные методы и технологии обучения соответствующие целям и задачам урока гимнастики (акробатические упражнения); - использовать современные методы и средства диагностики, контроля и коррекции учебной деятельности обучающихся. Владеть: - навыками дидактического проектирования и разработки технологий обучения акробатическим упражнениям; - навыками использования методов и технологий обучения в процессе проведения урока ФК (обучение акробатическим упражнениям) и секционных занятий акробатикой; - навыками диагностики уровня знаний, умений и навыков учащихся.
		Профессионально-специализированные компетенции (ПСК)
ПСК-1	владеет психолого-педагогическими,	Знать: - этапы проектирования, способы организации и управления деятельностью

<p>медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся</p>	<p>учащегося на уроке ФК (раздел «Акробатические упражнения»): в процессе проведения строевых и общеразвивающих упражнений; способы проведения и выполнения ОРУ; структуру урока, основные средства и методику проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока;</p> <ul style="list-style-type: none"> - причины травматизма на занятиях акробатикой и меры по их предупреждению.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать (проектировать) учебный процесс – процесс обучения акробатическим упражнениям, урок акробатики; - проектировать и проводить на уроке мероприятия по профилактике травматизма; - применять средства акробатики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся; - выполнять акробатические упражнения и элементы, предусмотренные программным материалом; - обучать акробатическим упражнениям школьной и вузовской программы; - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий акробатической направленности; - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий по акробатике с использованием инструментальных методик; - пользоваться гимнастической терминологией (профессиональным языком) в процессе занятий акробатикой, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументировано обосновывать выдвинутые задачи и положения.
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой и технологией обучения строевым, общеразвивающим и акробатическим упражнениям (в рамках программного материала), с использованием различных методических приемов и обучающих алгоритмов; - методами обучения и методическими приемами акробатики, формами организации учебной деятельности учащихся на занятиях акробатикой (в рамках проведения урока акробатики и его отдельных частей), средствами акробатики (акробатическими упражнениями); - техникой исполнения акробатических упражнений и комбинаций исходя из требований практического зачета в соответствии с правилами соревнований по акробатике; - основами техники безопасности и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой; методическими приемами оказания помощи и страховки на занятиях акробатикой.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 часов).

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)	48	8
Лекции	10	2
Практические занятия (ПЗ)	38	6
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	60	100
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям		
Самостоятельное изучение тем		
Экзамен		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольные работы		
Реферат		

Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	экзамен	экзамен
Общая трудоемкость	540	540

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.

**5.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).
Очная форма обучения**

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего	Виды учебной работы (в академических часах)				Реализ. компет.	Форма текущего контроля
			Л	ПЗ	ЛБ	СР		
1	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	4	2			2	ПСК-1	устный опрос
2	«История возникновения и развития акробатики»	4	2			2	ПСК-1	устный опрос
3	«Терминология акробатических упражнений»	8	2			6	ПСК-1	устный опрос; тест
4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	6	2			4	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; реферат
5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	14	2			12	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; реферат
6	«Строевые упражнения: строевые приемы; построения и перестроения; передвижения (фигурная маршировка); размыкания и смыкания»	12		6		6	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; тест; проектные методико-практические задания
7	«Общеразвивающие упражнения: без предметов, с предметами, с гимнастической скамейкой, у гимнастической стенки, в парах»	12		6		6	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; тест; проектные методико-практические задания
8	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	18		8		10	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; проектные методико-практические задания
9	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	30		18		12	ПК-2; ПСК-1	контрольные нормативы; практическое выполнение акробатических комбинаций на оценку согласно правилам соревнований
	Итого	108	10	38		60		

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего	Виды учебной работы (в академических часах)				Реализ. компет.	Форма текущего контроля
			Л	ПЗ	ЛБ	СР		
1	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	4	2			2	ПСК-1	устный опрос

2	«История возникновения и развития акробатики»	4				4	ПСК-1	устный опрос
3	«Терминология акробатических упражнений»	8				8	ПСК-1	устный опрос; реферат; тест
4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	6				6	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; реферат
5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	14				14	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; реферат
6	«Строевые упражнения: строевые приемы; построения и перестроения; передвижения (фигурная маршировка); размыкания и смыкания»	12		1		11	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; тест; проектные методико-практические задания
7	«Общеразвивающие упражнения: без предметов, с предметами, с гимнастической скамейкой, у гимнастической стенки, в парах»	12		1		11	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; тест; проектные методико-практические задания
8	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	18		2		16	ПК-2; ПСК-1	устный опрос; проектные методико-практические задания
9	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	30		2		28	ПК-2; ПСК-1	контрольные нормативы: практическое выполнение акробатических комбинаций на оценку согласно правилам соревнований
	Итого	108	2	6		100		

**5.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)
Очная форма обучения**

№	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
Тема		
1. Содержание лекционного курса		
1.1.	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика, предмет и задачи акробатики. 2. Место и значение акробатики в отечественной системе физического воспитания. 3. Основные средства акробатики. 4. Спортивные виды акробатики.
1.2	«История возникновения и развития акробатики»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Акробатика у древних народов (Египет, Индия) и в античном мире (Афины, Рим). 2. Акробатика в средневековье. 3. Акробатика в XVIII и в первой половине XIX вв. 4. Развитие акробатики в России. 5. Образование Федерации спортивной акробатики СССР. Единая Всероссийская Спортивная Классификация. 6. Спортивная акробатика как олимпийский вид спорта (1932г.). 7. Показательные соревнования по спортивной акробатике на Олимпиадах 1996 и 2000 гг. 8. Первые всесоюзные чемпионаты по спортивной акробатике. Первый личный чемпионат мира по спортивной акробатике (1974г.). Первые соревнования на Кубок мира по спортивной акробатике (1975г.). 9. Участие советских и российских акробатов в первенствах Европы, мира и других международных соревнованиях; их вклад в развитие спортивной акробатики в нашей стране, в мировой акробатике и в дело укрепления мира и дружбы между народами.
1.3	«Терминология акробатических упражнений»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение и роль терминологии в акробатике. 2. Принципы построения и правила применения терминов. 3. Правила и формы записи упражнений в спортивной акробатике. 4. Требования, предъявляемые к терминологии. 5. Термины акробатических элементов и прыжков, общеразвивающих упражнений; ОФП и СФП. 6. Правила и формы записи упражнений: ОРУ, акробатических упражнений.
1.4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные причины травматизма на занятиях акробатикой. 2. Система профилактических мероприятий травматических предупреждений на занятиях акробатикой. 3. Страховка, самостраховка и помощь как мера предупреждения травматизма на занятиях акробатикой. 4. Характеристика травм на занятиях по акробатике и их профилактика. 5. Обучение приемам помощи и страховки на занятиях акробатикой.
1.5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение акробатическим упражнениям, как педагогический процесс. 2. Характеристика знаний, умений и навыков как результата обучения в акробатике, особенности формирования двигательных навыков в акробатике. 3. Реализация принципов дидактики при обучении акробатическим упражнениям. Этапы обучения акробатическим упражнениям как дидактический процесс. 4. Методика и технология обучения акробатическим упражнениям. Методы и приемы обучения акробатическим упражнениям. 5. Планирование спортивной тренировки акробатов. Этапы спортивной подготовки спортсменов-акробатов. Структура годичного тренировочного цикла. Типы тренировочных занятий. Урок - основная форма; проведения занятий акробатикой. Структура занятий акробатикой.

		Оборудование мест, организация и содержание занятий акробатикой для различных групп обучающихся. 6. Физическая подготовка акробатов: ОФП и СФП. 7. Техничко-тактическая подготовка спортсменов-акробатов.
2. Разделы практических/семинарских занятий		
2.1	«Строевые упражнения»	1. Техника выполнения и методика обучения «строевым приемам». 2. Техника выполнения и методика обучения «построениям и перестроениям». 3. Техника выполнения и методика обучения «передвижениям» (фигурная маршировка: обход; диагональ; противобход; змейка; открытая и закрытая петля; по кругу; открытая и закрытая спираль). 4. Техника выполнения и методика обучения «размыканиям и смыканиям».
2.2	«Общеразвивающие упражнения»	1. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений (ОРУ). 2. Терминология ОРУ. 3. Способы проведения ОРУ. 4. Формы записи ОРУ. 5. Методика и технология обучения ОРУ: 5.1. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: без предметов. 5.2. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с предметами. 5.3. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с гимнастической скамейкой. 5.4. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: у гимнастической стенки. 5.5. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: в парах.
2.3	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	Методика и технология обучения <i>акробатическим упражнениям</i> : мосты и шпагаты; стойки; равновесия; упоры; перекаты и кувырки; полуперевороты; сальто; - «группировка»; - «перекаты»; - «стойка на лопатках»; - «кувырок вперед»; - «стойка на голове с опорой руками»; - «кувырок назад»; - «мост»; «равновесия»; - «длинный кувырок вперед»; - «силой стойка на голове»; - «кувырок вперед с прыжка»; - «переворот в сторону»; - «стойка на руках махом одной и толком другой»; - «кувырок назад через стойку на руках»; - «подъем разгибом со спины»; - «курбет», «вальсет»; - «фрондат»; «шпагат» - «переворот вперед с опорой головы и рук»; - «переворот вперед с опорой на прямые руки с разбегу и с прыжка»; - «переворот назад» (флик-фляк) - на лонже и без лонжи; - «сальто назад» (на лонже и без лонжи); - «сальто вперед» (на лонже и без лонжи); - «элементы парной акробатики»
2.4	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	Учебные/зачетные практические задания (акробатические комбинации). Общие правила анализа техники исполнения акробатических упражнений.

Заочная форма обучения

№	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
	Тема	
1. Содержание лекционного курса		
1.1.	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Характеристика, предмет и задачи акробатики. 2. Место и значение акробатики в отечественной системе физического воспитания. 3. Основные средства акробатики. 4. Спортивные виды акробатики.
1.2	«История возникновения и развития акробатики»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Акробатика у древних народов (Египет, Индия) и в античном мире (Афины, Рим). 2. Акробатика в средневековье. 3. Акробатика в XVIII и в первой половине XIX вв. 4. Развитие акробатики в России. 5. Образование Федерации спортивной акробатики СССР. Единая Всероссийская Спортивная Классификация. 6. Спортивная акробатика как олимпийский вид спорта (1932г.). 7. Показательные соревнования по спортивной акробатике на Олимпиадах 1996 и 2000 гг. 8. Первые всесоюзные чемпионаты по спортивной акробатике. Первый личный чемпионат мира по спортивной акробатике (1974г.). Первые соревнования на Кубок мира по спортивной акробатике (1975г.). 9. Участие советских и российских акробатов в первенствах Европы, мира и других международных соревнованиях; их вклад в развитие спортивной акробатики в нашей стране, в мировой акробатике и в дело укрепления мира и дружбы между народами.
1.3	«Терминология акробатических упражнений»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Значение и роль терминологии в акробатике. 2. Принципы построения и правила применения терминов. 3. Правила и формы записи упражнений в спортивной акробатике. 4. Требования, предъявляемые к терминологии. 5. Термины акробатических элементов и прыжков, общеразвивающих упражнений; ОФП и СФП. 6. Правила и формы записи упражнений: ОРУ, акробатических упражнений.
1.4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основные причины травматизма на занятиях акробатикой. 2. Система профилактических мероприятий травматических предупреждений на занятиях акробатикой. 3. Страховка, самостраховка и помощь как мера предупреждения травматизма на занятиях акробатикой. 4. Характеристика травм на занятиях по акробатике и их профилактика. 5. Обучение приемам помощи и страховки на занятиях акробатикой.
1.5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение акробатическим упражнениям, как педагогический процесс. 2. Характеристика знаний, умений и навыков как результата обучения в акробатике, особенности формирования двигательных навыков в акробатике. 3. Реализация принципов дидактики при обучении акробатическим упражнениям. Этапы обучения акробатическим упражнениям как дидактический процесс. 4. Методика и технология обучения акробатическим упражнениям. Методы и приемы обучения акробатическим упражнениям. 5. Планирование спортивной тренировки акробатов. Этапы спортивной подготовки спортсменов-акробатов. Структура годичного тренировочного цикла. Типы тренировочных занятий. Урок - основная форма; проведения занятий акробатикой. Структура занятий акробатикой. Оборудование мест, организация и содержание занятий акробатикой для различных групп обучающихся.

		6. Физическая подготовка акробатов: ОФП и СФП. 7. Техничко-тактическая подготовка спортсменов-акробатов.
2. Разделы практических/семинарских занятий		
2.1	«Строевые упражнения»	1. Техника выполнения и методика обучения «строевым приемам». 2. Техника выполнения и методика обучения «построениям и перестроениям». 3. Техника выполнения и методика обучения «передвижениям» (фигурная маршрутовка: обход; диагональ; противход; змейка; открытая и закрытая петля; по кругу; открытая и закрытая спираль). 4. Техника выполнения и методика обучения «размыканиям и смыканиям».
2.2	«Общеразвивающие упражнения»	1. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений (ОРУ). 2. Терминология ОРУ. 3. Способы проведения ОРУ. 4. Формы записи ОРУ. 5. Методика и технология обучения ОРУ: 5.1. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: без предметов. 5.2. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с предметами. 5.3. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с гимнастической скамейкой. 5.4. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: у гимнастической стенки. 5.5. Проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: в парах.
2.3	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	Методика и технология обучения <i>акробатическим упражнениям</i> : мосты и шпагаты; стойки; равновесия; упоры; перекаты и кувырки; полуперевороты; сальто; - «группировка»; - «перекаты»; - «стойка на лопатках»; - «кувырок вперед»; - «стойка на голове с опорой руками»; - «кувырок назад»; - «мост»; - «длинный кувырок вперед»; - «силой стойка на голове»; - «кувырок вперед с прыжка»; - «переворот в сторону»; - «стойка на руках махом одной и толком другой»; - «кувырок назад через стойку на руках»; - «подъем разгибом со спины»; - «курбет», «вальсет»; - «фрондат»; - «переворот вперед с опорой головы и рук»; - «переворот вперед с опорой на прямые руки с разбегу и с прыжка»; - «переворот назад» (флик-фляк) - на лонже и без лонжи; - «сальто назад» (на лонже и без лонжи); - «сальто вперед» (на лонже и без лонжи); - «элементы парной акробатики»
2.4	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	Учебные/зачетные практические задания (акробатические комбинации). Общие правила анализа техники исполнения акробатических упражнений.

5.2.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1 курс_I семестр

Занятие №1

1. Строевые упражнения. Понятия (строй, шеренга, фронт, фланг, дистанция, направляющий, замыкающий, интервал), управление строем (команды, приказание, распоряжения, сигналы, личный пример, правила подачи команд). Строевые приемы: 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). Повороты на месте в движении. Построение простых ритмических рисунков. Передвижения в заданном ритме. Команды и распоряжения. Ведение счета под музыку в соответствии с простыми музыкальными размерами. Разновидности ходьбы и бега. Простые танцевальные шаги. Прыжки толчком двух ног.

2. ОРУ без предмета. Стойки (основные положения). Основные положения прямыми руками и ногами. Движение туловищем. Приседы. Прыжки в чередовании с ходьбой.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: группировка; перекаты в группировке из различных исходных положений; «мост», из положения лежа и стоя.

Занятие №2

1. Строевые упражнения. Строевые приемы 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). Передвижения налево и направо в обход, по диагонали, противходом, «змейкой». Прыжки в сочетании с поворотами. Ведение счета под музыку в соответствии с жанром и размером. «Структура музыкального произведения». Подача команд на переход от одного движения к другому, в соответствии с музыкальным синтаксисом. Прыжки с продвижением вперед.

2. ОРУ. Без предметов; вдвоём и с сопротивлением.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: перекаты в группировке, кувырок вперед, стойка на лопатках. Основы структурного анализа акробатических упражнений. Учебная комбинация.

4. Канат. Методика и технология обучения: лазание по канату в три приема.

Занятие №3

1. Строевые упражнения. Перестроения (из одной шеренги в две и обратно; из шеренги в три шеренги и обратно; из шеренги уступом; из колонны по одному в колонну по два и обратно на месте; из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре и т.д., с последовательными поворотами в движении). Передвижения (переход с шага на бег, из бега на шаг; смена ноги во время движения). Передвижения по малому, среднему и большому кругу. «Темп». Подчинение темпа движений под темп музыки. Шаги польки.

2. ОРУ. Без предметов; ОРУ в парах.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: разновидности равновесий, сочетание и с поворотами; стойка на голове с опорой руками. Учебная комбинация.

4. Канат. Совершенствование: лазание в три приема.

Занятие №4

1. Строевые упражнения. Разновидности ходьбы: на носках, на пятках, на наружных сводах стопы. Фигурная маршировка «Диагональ». Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре поворотом в движении. Размыкание от середины приставными шагами после команды: «Стой!». Сочетание прыжков и поворотов. Вальсовые шаги и повороты. Шаги мазурки. Подбивные прыжки. Прыжки с поворотом.

2. ОРУ: на гимнастической стенке (индивидуально, парные и в две смены).

3. Акробатика. Методика и технология обучения: кувырок назад; перекаты в стойку на лопатках и обратно в упор присев. Закрепление ранее освоенных упражнений. Учебная комбинация.

4. Канат. Обучение: завязывание «восьмеркой».

Занятие №5

1. Строевые упражнения: упражнения на внимание (типы задания, выполняемого в движении шагом и бегом, с включение строевых упражнений в сочетании с прыжками, поворотами, хлопками и т.д.; типы внезапности по звуковому и зрительному сигналам). Закрепление ранее освоенных упражнений.

2. ОРУ: на гимнастической стенке; раздельным способом с гимнастической палкой.

3. Задачи, средства, формы и методы проведения подготовительной части урока акробатики.

4. Акробатика. Методика и технология обучения: - длинный кувырок вперед; силой стойка на голове; стойка на лопатках; кувырок вперед. Совершенствование ранее освоенных упражнений. Учебная комбинация.

5. Канат. Обучение: остановка петель под двумя.

Занятие №6

1. Строевые упражнения. Понятие о дистанции и интервале. Правила подачи команд. Повороты на месте: направо, налево, кругом. Ходьба с поворотами на углах. Переход с шага на бег и обратно. Перестроение из колонны по одному в колонну по три поворотом в движении. Размыкание от середины приставными шагами. Разновидности ходьбы, бега, прыжков, повторов, танцевальных шагов в сочетании с акробатикой.

2. ОРУ: на гимнастической стенке (индивидуально, парные и в две смены).

3. Акробатика. Методика и технология обучения: - «кувырок вперед с прыжка»; «переворот в сторону»; стойка на голове и руках. Учебная комбинация.

Занятие №7

1. Строевые упражнения. Упражнения на внимание (типы задания, выполняемые в движении шагом и бегом, с включение строевых упражнений в сочетании с прыжками, поворотами, хлопками и т.д.; типы внезапности по звуковому и зрительному сигналам).

2. ОРУ в движении. Повторение комплекса ОРУ без предмета.

3. Учебная практика: проведение подготовительной урока акробатики. Анализ. Оценка.

4. Акробатика. Методика и технология обучения: силой стойка на голове и руках; равновесия; кувырок вперед; стойка на руках махом одной и толком другой; кувырок назад через стойку на руках. Основы структурного анализа акробатических упражнений. Учебная комбинация.

Занятие №8

1. Строевые упражнения: фигурная маршировка «Зигзаг». Расчет на 1-2 в движении. Бег в парах в сцеплении за руки перед телом. Перестроение из одной шеренги в две. Закрепление ранее освоенных упражнений.

2. ОРУ в движении – «проходной» способ. *Терминология общеразвивающих упражнений (ОРУ)*. Движения дугой, руками из различных исходных положений. Круговые движения, руками, туловищем, головой из различных исходных положений.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: подъем разгибом со спины; курбет, вальсет; кувырок назад. Основы структурного анализа акробатических упражнений. Учебная комбинация.

4. Канат. Совершенствование: лазание в три приема.

Занятие №9

1. Строевые упражнения: закрепление ранее освоенных упражнений - перестроения (дроблением и сведением, разведением и слиянием) - фигурная маршировка (диагональ, противоход, змейка, движение по кругу, зигзагом, петель, по спирали). *Размыкания*: на вытянутые руки в движении; от середины и в одну сторону приставными шагами, то же с поворотами, прыжками без поворота и с поворотом. *Передвижения*: переход с шага на бег и с бега на шаг; смена ноги во время движения. *Ходьба*: обычным и строевым шагом; приставными шагами; на носках; на пятках; на наружных и внутренних сводах стоп; перекатом с пятки на носок; в полуприседе и приседе; с хлопками; с различными положениями прямых и согнутых рук; скрестными шагами в сторону; высоко поднимая бедро; спиной вперед.

2. ОРУ в движении. Разучивание комплекса ОРУ. Запись ОРУ (из пройденного материала по показу).

3. Акробатика. Методика и технология обучения: «рондат»; «шпагат»; кувырок назад. Учебная комбинация.

Занятие №10

1. Строевые упражнения: фигурная маршировка «Закрытая петля» и «Открытая петля». Перестроение из колонны по одному в колонну по два дроблением и сведением. Закрепление ранее освоенных упражнений: движение в обход. Ходьба на носках с движением рук на пояс и за голову. Фигурная маршировка «Спираль».

2. Учебная практика: проведение подготовительной части урока акробатики. Анализ. Оценка.

3. Разучивание комплекса ОРУ. Общеразвивающие упражнения на месте раздельным способом с гимнастическими палками.

4. Акробатика. Методика и технология обучения: - переворот вперед с опорой головы и рук; переворот вперед с опорой на прямые руки с разбегу и с прыжка. Основы структурного анализа акробатических упражнений. Учебная комбинация.

Занятие №11

1. Строевые упражнения: расчет на 1-2 в движении, «противоходы» шагом и бегом. Перестроение, из колонны по одному в колонну по два в движении (после предварительного расчета). Закрепление ранее освоенных упражнений: расчет строя по порядку. Строевые действия по команде: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Разойдись!», «Шагом марш!», «Стой!», «Отставить!». Движения в обход. Бег. Перестроения из колонны по одному в колонну по два поворотом в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Размыкание на вытянутые руки в движении.

2. ОРУ. Разучивание комплекса ОРУ. Учебная практика по проведению комплексов ОРУ. Хореография. Положения ног, положения рук, упражнения у опоры. Анализ. Оценка.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: переворот назад («флик-фляк») - на лонже и без лонжи. Закрепление ранее освоенных упражнений. Учебная комбинация.

4. Канат. Обучение: лазанию по канату в два приема; остановка «стоя»; остановка завязывание петель под одной.

Занятие №12

1. Строевые упражнения. Закрепление ранее освоенных упражнений. Учебная практика. Выполнение команд: «На месте!», «Прямо!». Фигурная маршировка «Противоход» и «Змейка». Прыжки на одной и двух

ногах в чередовании с ходьбой. Размыкание от середины с поворотами. Перестроение из одной шеренги в две и обратно. Точки зала. Движение по точки зала шагом и бегом. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному разведением и слиянием. Размыкание дугами. Анализ. Оценка.

2. ОРУ. Учебная практика по проведению комплексов ОРУ. Положения и движения согнутыми руками. Выпады. Движения туловищем. Махи ногами. Прыжки в сочетании с основными положениями рук. Анализ. Оценка.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: - сальто назад – *в порядке ознакомления* (на лонже и без лонжи); переворот в сторону. Учебная практика: группировки и перекаты - сидя, лёжа на спине, в приседе. Анализ. Оценка.

Занятие №13

1. Строевые упражнения. *Перестроения*: из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два и обратно на месте; из колонны по одному в колонну по два, по три, по четыре и т.д. последовательными поворотами в движении; дроблением и сведением; разведением и слиянием; уступами из шеренги и колонны.

2. Учебная практика: проведение подготовительной части урока акробатики. Анализ. Оценка.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: - сальто вперед - *в порядке ознакомления* (на лонже и без лонжи). Решение задач овладения знаниями, умениями и навыками основ техники акробатических упражнений и методикой обучения (по пройденному учебному материалу): перекаты, кувырки, стойка на лопатках, «мост»; страховка и виды помощи.

Учебная комбинация из изученных элементов.

Занятие №14

1. Строевые упражнения. Закрепление ранее освоенных упражнений: 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 приёмы*: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Рассчитайся!», «Шагом марш!», «На месте!», «Прямо!», «Стой!», «Отставить!», «Разойдись!», «Разомкнись!», «Сомкнись!»; выход из строя и возвращение в строй. Расчёт 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, кругом.

2. Учебная практика: проведение подготовительной части урока акробатики. ОРУ. Различные исходные положения. Седы, приседы, упор присев, упор лежа, упор лежа боком, упор лежа сзади. Положения: лежа на спине, животе. Промежуточные положения рук и ног. Анализ. Оценка.

3. Акробатика. Методика и технология обучения: - элементы парной акробатики; переворот в сторону; длинный кувырок; кувырок вперед с прыжка. Учебная комбинация.

Занятие №15

1. Строевые упражнения. Повороты налево, направо, кругом в движении. Чередование ходьбы в полуприседе с ходьбой на носках с различным положением рук. Бег с высоким подниманием бедра согнутой ноги и с подниманием прямых ног: вперед, назад и в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по шесть поворотом в движении. Размыкание приставными шагами в одну сторону.

2. ОРУ. Учебная практика по проведению комплексов ОРУ «раздельным» и «проходным» способами.

3. Акробатика: Методика и технология обучения: стойка на руках махом одной и толком другой; кувырок назад через стойку на руках; элементы парной акробатики. Совершенствование ранее изученных упражнений. Учебная комбинация.

Занятие №16

1. Строевые упражнения. Закрепление ранее освоенных упражнений: ходьба выпадами; фигурная маршировка «Скрещение». Изменение скорости движения: «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаще шаг!», «Реже». Бег с выполнением поворота на 360°. Переступанием по звуковому сигналу. Перестроение из колонны по одному по два. Строевые упражнения: ходьба приставными и скрестными шагами вперед и в сторону. Бег спиной вперед. Упражнение на внимание, задание типа внезапности. Перестроение из одной шеренги в три по расчету «6, 3, на месте».

2. ОРУ. Общеразвивающие упражнения с использованием элементов ритмической гимнастики без предметов.

3. Акробатика. Совершенствование зачетных акробатических комбинаций.

Занятие №17

1. Строевые упражнения: *передвижения, построения и перестроения, размыкания и смыкания* - по материалам пройденного на предыдущих занятиях.

2. Общеразвивающие упражнения без предмета. Движения дугой, руками из различных исходных положений. Круговые движения, руками, туловищем, головой из различных исходных положений.

3. Акробатика. Совершенствование зачетных акробатических комбинаций.

Занятие №18

1. Строевые упражнения: *передвижения, построения и перестроения, размыкания и смыкания* - по материалам пройденного на предыдущих занятиях.

2. Общеразвивающие упражнения без предмета. Положения и движения согнутыми руками. Выпады. Движения туловищем. Махи ногами. Прыжки в сочетании с основными положениями рук.

3. Акробатика. Совершенствование зачетных акробатических комбинаций.

Занятие №19

1. Строевые упражнения: *передвижения, построения и перестроения, размыкания* - по материалам пройденного на предыдущих занятиях.

2. Общеразвивающие упражнения: без предметов, способ выполнения – «поточный».

3. Акробатика. Практическая сдача *зачетных комбинаций*: выполнение акробатических комбинаций на оценку согласно правилам соревнований.

6. Образовательные технологии

№	Вид и тема занятий (лекция; пр. р.; лаб. р.)	Используемые образовательные технологии	Количество часов
1	Лекция: «Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	«Лекция-визуализация»	2
	Лекция: «История возникновения и развития акробатики»	«Лекция-визуализация»	2
	Лекция: «Терминология акробатических упражнений»	«Проблемная лекция»	2
	Лекция: «Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	«Лекция-презентация»	2
	Лекция: «Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	«Лекция-презентация»	2
2	Практические занятия: «Строевые упражнения»	Педагогическая технология «программированного обучения»	2
	Практические занятия: «Общеразвивающие упражнения»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	2
	Практические занятия: «Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	4
Итого			18

7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) Очная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (в академических часах)	Форма отчетности
1	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	Конспектирование	2	Проверка конспектов
2	«История возникновения и развития акробатики»	Конспектирование	2	Проверка конспектов
3	«Терминология акробатических упражнений»	Написание реферата	6	Реферат
4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	Конспектирование	4	Проверка конспектов
5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	Написание реферата	12	Реферат
6	«Строевые упражнения»	Конспектирование	6	Проверка конспектов; тестирование

7	«Общеразвивающие упражнения»	Проектирование (конструирование) комплексов ОРУ	6	Проверка проектов; тестирование
8	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	Проектирование (конструирование) процесса обучения акробатическим упражнениям в соответствии с конкретно поставленной задачей обучения	10	Проверка проектов
9	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	Конспектирование; практическое освоение учебных (зачетных) акробатических упражнений и комбинаций	12	Проверка конспектов; контрольные нормативы

Примечание: тесты по темам (модулям) дисциплины приводятся в комплекте оценочных средств (включено в ФОС дисциплины «Акробатика»).

Заочная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (в академических часах)	Форма отчетности
1	«Акробатика в отечественной системе физического воспитания»	Конспектирование	2	Проверка конспектов
2	«История возникновения и развития акробатики»	Конспектирование	4	Проверка конспектов
3	«Терминология акробатических упражнений»	Написание реферата	8	Реферат
4	«Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой»	Конспектирование	6	Проверка конспектов
5	«Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов»	Написание реферата	14	Реферат
6	«Строевые упражнения»	Конспектирование; проектирование (конструирование) процесса обучения	11	Проверка конспектов и проектов; тестирование
7	«Общеразвивающие упражнения»	Проектирование (конструирование) комплексов ОРУ	11	Проверка проектов; тестирование
8	«Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям»	Проектирование (конструирование) процесса обучения акробатическим упражнениям в соответствии с конкретно поставленной задачей обучения	16	Проверка проектов
9	«Освоение техники выполнения акробатических упражнений»	Конспектирование; практическое освоение учебных (зачетных) акробатических упражнений и комбинаций	28	Проверка конспектов; контрольные нормативы

Примерная тематика реферативных работ

1. Акробатика в отечественной системе физического воспитания.
2. Развитие спортивной акробатики в советский период (до 1991 г.).
3. Развитие акробатики в России (с 1991 года по настоящее время).
4. Советские и российские спортсмены-акробаты на международной арене.
5. Акробатика как одно из эффективных средств и методов физического воспитания.
6. Классификация и специфические особенности акробатических упражнений.
7. Терминология акробатических упражнений.
8. Правила и формы записи общеразвивающих, акробатических и вольных упражнений.
9. Проблема травматизма на занятиях спортивной акробатикой и способы их предупреждения.
10. Виды страховки и помощи; самостраховка в предупреждении травм и успешности овладения акробатическими упражнениями.
11. Акробатические упражнения.
12. Общеразвивающие упражнения: без предмета; на гимнастической стенке и скамейке.
13. Строевые упражнения (характеристика, классификация).
14. Планирование и учет учебно-тренировочной работы по спортивной акробатике.
15. Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой в школе.
16. Страховка и помощь на занятиях акробатикой в школе.
17. Урок - основная форма организации занятий гимнастикой в школе.
18. Строевые упражнения на уроках физической культуры в 1-8 классах.
19. Общеобразовательные упражнения на уроках физической культуры в 1-11 классах.
20. Акробатика на уроках физической культуры в 1-4 классах.
21. Акробатика на уроках физической культуры в 5-8 классах.
22. Акробатика на уроках физической культуры в 9-11 классах.
23. Организация и проведение соревнований по акробатике.

8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Очная форма обучения

Компетенция	Этапы формирования					
	Л1	Л2	Л3	Л4	Л5	
ПК-2				+	+	
ПСК-1	+	+	+	+	+	

Компетенция	Этапы формирования											
	ПР1	ПР 2	ПР3	ПР4	ПР5	ПР6	ПР7	ПР8	ПР9	ПР10	ПР11	ПР12
ПК-2						+	+			+	+	+
ПСК-1	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	ПР13	ПР14	ПР15	ПР16	ПР17	ПР18	ПР19					
ПК-2		+	+	+								
ПСК-1	+	+	+	+	+	+						

Заочная форма обучения

Компетенция	Этапы формирования			
	Л1			
ПК-2				
ПСК-1	+			

Компетенция	Этапы формирования			
	ПР1	ПР 2	ПР3	
ПК-2		+	+	
ПСК-1	+	+	+	

8.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Компетенция	Показатели (что обучающийся должен продемонстрировать)	Оценочная шкала (или зачет/незачет)	
		Зачтено	Не зачтено
ПК-2 - способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теорию и методику акробатики; - методы и технологии обучения учащихся двигательным действиям, применимые для преподавания учебного предмета «Физическая культура» (раздел «Акробатика»); - средства контроля и оценивания знаний, умений и навыков учащихся. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отбирать и практически использовать современные методы и технологии обучения соответствующие целям и задачам урока гимнастики (акробатические упражнения); - использовать современные методы и средства диагностики, контроля и коррекции учебной деятельности обучающихся. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками дидактического проектирования и разработки технологий обучения акробатическим упражнениям; - навыками использования методов и технологий обучения в процессе проведения урока ФК (обучение акробатическим упражнениям) и секционных занятий акробатикой; - навыками диагностики уровня знаний, умений и навыков учащихся. 	<p>Тком.: полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочеты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.</p> <p>По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к удовлетворительному ответу.</p> <p>Мком.: студент полностью выполнил намеченные на курс обучения методико-практические задания; овладел методикой и технологией обучения акробатическим упражнениям; показал умения, опираясь на теоретические знания по дисциплине, определять основные задачи обучения и организации учебного процесса; владеет проектными умениями – создания проектов учебного процесса; владеет способами решения различных педагогических ситуаций, но в проведении отдельных видов заданий допуская незначительные ошибки.</p>	<p>Тком.: содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не последователен и логичен, не содержит обобщения и выводы. Студент испытывает значительные затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, inadequately реагирует на дополнительные вопросы, не понимает основные положения учебного материала, слабо оперирует основными понятиями дисциплины.</p> <p>Мком.: ставится студенту, который не выполнил большую часть методико-практических заданий, не обнаружил теоретических знаний, не овладел методикой акробатики и проектными умениями в их практической реализации; допускал грубые ошибки в планировании (проектировании) и проведении частей урока акробатики.</p>
ПСК-1 - владеет психолого-педагогическими и, медико-биологическими, организационно-управленческими знаниями и навыками, необходимыми для обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - этапы проектирования, способы организации и управления деятельностью учащегося на уроке ФК (раздел «Акробатические упражнения»); в процессе проведения строевых и общеразвивающих упражнений; способы проведения и выполнения ОРУ; структуру урока, основные средства и методику проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока; - причины травматизма на занятиях акробатикой и меры по их предупреждению. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать (проектировать) учебный процесс – процесс обучения акробатическим упражнениям, урок акробатики; - проектировать и проводить на уроке мероприятия по профилактике травматизма; - применять средства акробатики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся; - выполнять акробатические 	<p>Тком.: полный ответ, требующий лишь незначительных уточнений и дополнений, которые студент может сделать самостоятельно после наводящих вопросов преподавателя. Допускаются такие незначительные недочеты в ответе студента как отсутствие самостоятельного вывода, нарушение последовательности в изложении, речевые ошибки и др.</p> <p>По остальным позициям ответ должен соответствовать требованиям, предъявляемым к удовлетворительному ответу.</p> <p>Мком.: студент полностью выполнил намеченные на курс обучения методико-практические задания; овладел методикой и технологией обучения акробатическим упражнениям; показал умения, опираясь на теоретические знания по дисциплине, определять основные задачи обучения и организации учебного процесса; владеет проектными умениями –</p>	<p>Тком.: содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не последователен и не логичен, не содержит обобщения и выводы. Студент испытывает значительные затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, inadequately реагирует на дополнительные вопросы, не понимает основные положения учебного материала, слабо оперирует основными понятиями дисциплины.</p> <p>Мком.: ставится студенту, который не выполнил большую часть методико-практических заданий, не обнаружил теоретических знаний, не овладел методикой акробатики и проектными умениями в их практической</p>

	<p>упражнения и элементы, предусмотренные программным материалом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучать акробатическим упражнениям школьной и вузовской программы; - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий акробатической направленности; - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий по акробатике с использованием инструментальных методик; - пользоваться гимнастической терминологией (профессиональным языком) в процессе занятий акробатикой, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументировано обосновывать выдвинутые задачи и положения. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методикой и технологией обучения строевым, общеразвивающим и акробатическим упражнениям (в рамках программного материала), с использованием различных методических приемов и обучающих алгоритмов; - методами обучения и методическими приемами акробатики, формами организации учебной деятельности учащихся на занятиях акробатикой (в рамках проведения урока акробатики и его отдельных частей), средствами акробатики (акробатическими упражнениями); - техникой исполнения акробатических упражнений и комбинаций исходя из требований практического зачета в соответствии с правилами соревнований по акробатике; - основами техники безопасности и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой; методическими приемами оказания помощи и страховки на занятиях акробатикой. 	<p>создания проектов учебного процесса; владеет способами решения различных педагогических ситуаций, но в проведении отдельных видов заданий допускавший незначительные ошибки.</p> <p>Пком.: выполнил зачетные акробатические комбинации и набрал в сумме – 16 и более баллов (М), 16 и более баллов (Ж).</p>	<p>реализации; допускал грубые ошибки в планировании (проектировании) и проведении частей урока акробатики.</p> <p>Пком.: выполнил зачетные акробатические комбинации и набрал в сумме – 16 и более баллов (М), 16 и более баллов (Ж).</p>
--	---	---	---

Примечание: окончательная оценка по дисциплине «Акробатика» выводится путем среднеарифметического значения всех трех критериев – *практического* (Пком.), *методического* (Мком.) и *теоретического* (Тком.) компонентов.

При выставлении оценок учитывается уровень приобретенных компетенций студента по составляющим «знать», «уметь», «владеть». Компонент «знать» - оценивается *теоретическими вопросами и тестированием* по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - *проектными методико-ориентированными заданиями и контрольными нормативами* выполнения акробатических комбинаций.

8.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

8.3.1. ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Тема: «Терминология акробатических упражнений»

1. Требования, предъявляемые к терминологии акробатических упражнений:
 - а) понятность, наглядность, доступность;
 - б) доступность, точность, краткость;
 - в) ясность, образность, точность;
 - г) изобразительность, сокращенность, доходчивость.
2. Правильное положение рук в положении «упор присев»:
 1. Руки в стороны.
 2. Руки за голову.
 3. Руки на полу.
 4. Руки на коленях.
3. К движениям тела относятся упражнения:
 1. Присед.
 2. Наклоны в сторону.
 3. «Шпагат».
 4. Упоры.
4. Промежуточным положением рук является:
 1. Руки вверх.
 2. Руки в стороны.
 3. Руки назад.
 4. Руки вверх наружу.
 5. Руки вниз.

Тема: «Строевые упражнения»

1. Расстояние между занимающимися в глубину называется:
 1. Интервал.
 2. Ширина строя.
 3. Глубина строя.
 4. Дистанция.
2. Вариант ответа неправилен:
 1. По порядку – «Рассчитайсь»!
 2. По три - «Рассчитайсь»!
 3. По номерам - «Рассчитайсь»!
 4. На 9, 6, 3. на месте - «Рассчитайсь»!
3. К классификации строевых упражнений относится:
 1. Строевые приемы.
 2. Передвижения.
 3. Разновидности бега.
 4. Размыкания и смыкания.
4. Интервал:
 1. Это расстояние между «занимающимися» в глубину.
 2. Это расстояние по фронту между «занимающимися».
 3. Это расстояние между флангами.
 4. Это расстояние между направляющим и замыкающим.

Тема: «Общеразвивающие упражнения»

1. Положение, из которого выполняется упражнение:
 - а) стойка «Смирно!»;
 - б) «исходное положение»;
 - в) сомкнутая стойка;
 - г) стойка «Вольно!».
2. Показ общеразвивающего упражнения учителем, стоящим лицом к колонне учащихся, осуществляется:
 - а) одновременно;
 - б) зеркально;
 - в) последовательно;
 - г) разноименно.
3. Не влияет на изменение нагрузки при выполнении ОРУ:
 1. Исходное положение.
 2. Количество повторений.
 3. Темп выполнения.
 4. Дыхание.
4. Упражнение не является упражнением для рук и плечевого пояса:

1. Сгибание и разгибание рук.
 2. Круговые движения руками.
 3. Взмахи и рывковые движения.
 4. Поднимание на носках.
5. Исходное положение не является целесообразным при выполнении ОРУ:
1. Стойка ноги врозь, руки в стороны.
 2. Сед, руки в стороны.
 3. Равновесие с наклоном назад.
 4. Сед углом.
 5. Упор лежа сзади.

8.3.2. ВОПРОСЫ И КОМПЛЕКТ ТИПОВЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ЗАЧЕТ)

Тема. Акробатика в отечественной системе физического воспитания

1. Характеристика, предмет и задачи акробатики.
2. Место и значение акробатики в отечественной системе физического воспитания.
3. Основные средства акробатики.
4. Спортивные виды акробатики.
5. Назвать методические особенности акробатики, раскрыть их содержание.
6. Назвать основные средства акробатики. Дать характеристику отдельным средствам акробатики.
7. п

Тема. История возникновения и развития акробатики

1. Акробатика у древних народов (Египет, Индия) и в античном мире (Афины, Рим).
2. Акробатика в средневековье.
3. Акробатика в XVIII и в первой половине XIX вв.
4. Развитие акробатики в России.
5. Образование Федерации спортивной акробатики СССР. Единая Всероссийская Спортивная Классификация.
6. Спортивная акробатика как олимпийский вид спорта (1932г.).
7. Показательные соревнования по спортивной акробатике на Олимпиадах 1996 и 2000 гг.
8. Первые всесоюзные чемпионаты по спортивной акробатике. Первый личный чемпионат мира по спортивной акробатике (1974г.). Первые соревнования на Кубок мира по спортивной акробатике (1975г.).
9. Участие советских и российских акробатов в первенствах Европы, мира и других международных соревнованиях; их вклад в развитие спортивной акробатики в нашей стране, в мировой акробатике и в дело укрепления мира и дружбы между народами.
10. п

Тема. Терминология акробатических упражнений

1. Значение и роль терминологии в акробатике.
2. Принципы построения и правила применения терминов.
3. Правила и формы записи упражнений в спортивной акробатике.
4. Требования, предъявляемые к терминологии.
5. Термины акробатических элементов и прыжков, общеразвивающих упражнений; ОФП и СФП.
6. Правила и формы записи упражнений: ОРУ, акробатических упражнений.
7. Особенности применения акробатической терминологии с детьми разного школьного возраста.
8. Использование *правил сокращений* слов и терминов в акробатике.
9. Дать определение терминам: «основная стойка», «присед», «выпад», «широкая стойка, ноги врозь», «упор», «дуга», «наклон», «равновесие».
10. Дать определение терминам: «кувырок», «переворот», «подъем», «оборот», «поворот», «мах».
11. Дать определение терминам акробатических упражнений: «перекат», «группировка», «кувырок», «переворот», «мост».
12. Правила и формы записи ОРУ.
13. п

Тема. Предупреждение травматизма на занятиях акробатикой

1. Перечислить основные причины (раскрыть особенности их проявления), которые могут привести к травме на занятиях по гимнастике.
2. Перечислить виды травм. Назовите приемы первой мед. помощи.
3. Дать определение понятиям: «страховка», «проводка», «фиксация», «подталкивание», «поддержка», «подкрутка», «комбинированные приемы оказания помощи», «самостраховка».
4. Перечислить требования к педагогу при осуществлении страховки.
5. п

Тема. Основы обучения и тренировки спортсменов-акробатов

1. Обучение акробатическим упражнениям, как педагогический процесс.
2. Характеристика знаний, умений и навыков как результата обучения в акробатике, особенности формирования двигательных навыков в акробатике.
3. Реализация принципов дидактики при обучении акробатическим упражнениям. Этапы обучения акробатическим упражнениям как дидактический процесс.
4. Методика и технология обучения акробатическим упражнениям.
5. Методы и приемы обучения акробатическим упражнениям.
6. Планирование спортивной тренировки акробатов. Этапы спортивной подготовки спортсменов-акробатов.
7. Структура годичного тренировочного цикла. Типы тренировочных занятий.
8. Урок - основная форма; проведения занятий акробатикой. Структура занятий акробатикой.
9. Оборудование мест, организация и содержание занятий акробатикой для различных групп обучающихся.
10. Физическая подготовка акробатов: ОФП и СФП.
11. Техничко-тактическая подготовка спортсменов-акробатов.
12. Характеристика акробатических упражнений и особенности формирования двигательных навыков.
13. п

Раздел. Строевые упражнения

1. Перечислить все группы строевых упражнений, дать характеристику каждой группе.
2. Перечислить основные рекомендации по обучению строевым упражнениям.
3. Дать определение терминам строевых упражнений: «строй», «шеренга», «колонна», «фланг», «фронт», «интервал», «дистанция», «противоход», «змейка».
4. Назвать основные строевые приемы.
5. Перечислить основные виды перестроений. Описать одно из перестроений.
6. Перечислить строевые упражнения, относящиеся к фигурной маршировке.
7. Перечислить строевые упражнения, относящиеся к группе «Размыкание и смыкание».
8. Проектное методико-практическое задание: разработать содержательную основу, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части школьного урока акробатики) на учебной подгруппе: «обучение перестроениям на месте в шеренге», «обучение перестроениям на месте в колонне», «перестроение из одной колонны в три уступом», «перестроение уступами из шеренги».
9. п

Раздел. Общеразвивающие упражнения

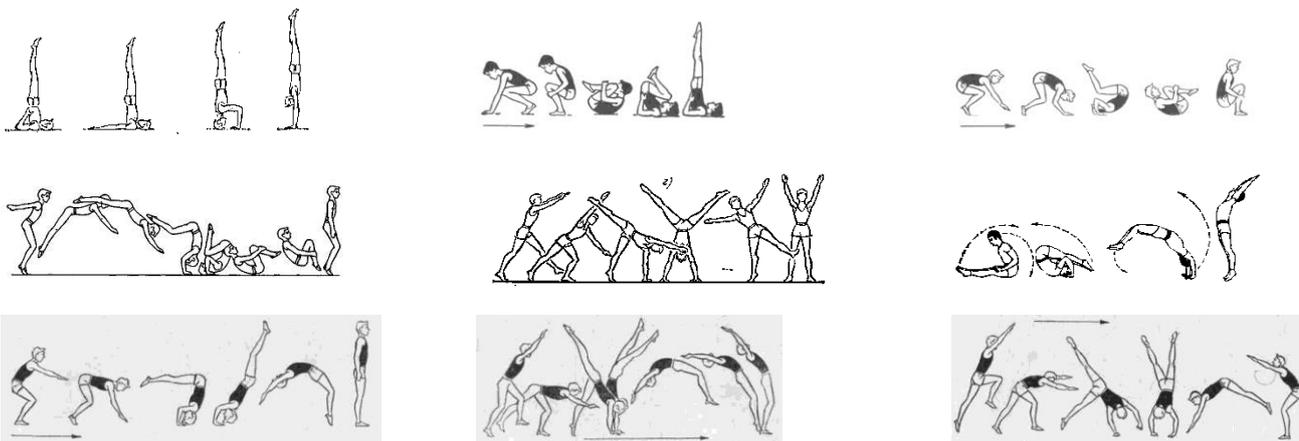
1. Характеристика и классификация ОРУ.
2. Особенности применения гимнастической терминологии при проведении ОРУ.
3. Особенности применения конкретной терминологической записи ОРУ.
4. Описать процесс конструирования комплекса ОРУ.
5. Описать способы проведения ОРУ.
6. Методы обучения и методические приемы, используемые в процессе проведения ОРУ.
7. Проектное методико-практическое задание: сконструировать комплекс ОРУ (на основе освоенной ранее типовой схемы конструирования комплекса ОРУ и обучающего алгоритма проведения ОРУ) и практически реализовать на занятии.
8. п

Раздел. Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям.

Раздел. Освоение техники выполнения акробатических упражнений

Акробатика:

1. Дать определение понятия: «техника акробатического упражнения», «техника исполнения акробатического упражнения».
2. Выполнить учебную/зачетную акробатическую комбинацию из ранее пройденных элементов.
3. Описать технику исполнения акробатического упражнения: «стойка на голове с опорой руками», «стойка на лопатках»; «кувырок вперед»; «кувырок назад»; «мост»; «длинный кувырок вперед»; «силой стойка на голове»; «кувырок вперед с прыжка»; «переворот в сторону»; «стойка на руках махом одной и толком другой» и др.
4. Проектное методико-практическое задание: создание проекта учебного процесса и практическая реализация процесса обучения «перекатам» («стойке на лопатках», «стойке на голове и руках», «кувырку вперед»), на основе освоенной ранее модели процесса дидактического проектирования.
5. п



ОБЩИЙ ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ

к зачету по дисциплине «Акробатика»

1 курс 1 семестр

1. Основные задачи курса «Акробатика».
2. Значение и место акробатики в современной системе физического воспитания.
3. Современная классификация спортивной акробатики.
4. Характеристика средств акробатики.
5. Зарождение акробатики. Акробатика в античном обществе.
6. Акробатика в средние века и в новое время.
7. Развитие акробатики в СССР (с 1917г. по 1991 г.) и в России (с 1991 г. и по настоящее время).
8. Акробатика в дошкольных учреждениях и в общеобразовательной школе.
9. Спортивная акробатика как вид спорта.
10. Что такое акробатический рок-н-ролл?
11. Характеристика основных средств акробатики.
12. Характеристика акробатической терминологии и ее значение.
13. Требования, предъявляемые к терминологии.
14. Термины общеразвивающих упражнений.
15. Основные группы строевых упражнений.
16. Правила и формы записи акробатических упражнений.
17. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений.
18. Классификация ОРУ (общеразвивающие упражнения).
19. Составление комплексов ОРУ.
20. Методика проведения ОРУ.
21. Реализация дидактических принципов в обучении акробатическим упражнениям.
22. Причины травматизма на занятиях акробатикой.
23. Меры предупреждения травм на занятиях акробатикой.
24. Страховка и помощь на занятиях акробатикой.
25. Методика обучения приемам страховки и помощи.
26. Структура построения занятия акробатикой.
27. Методика проведения подготовительной части занятий акробатикой.
28. Термины акробатических упражнений.
29. Характеристика акробатических упражнений.
30. Последовательность анализа техники акробатических упражнений.
31. Обучение акробатическим упражнениям: создание представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование техники исполнения гимнастического упражнения.
32. Методы, приемы и условия обучения в акробатике.
33. Методика исправления ошибок в спортивной акробатике.
34. Методика обучения кувырку вперед.
35. Методика обучения кувырку назад.
36. Методика обучения стойке на лопатках.
37. Методика обучения «мосту» в акробатике.
38. Методика обучения перевороту в сторону («колесо»).
39. Методика обучения стойке на голове и руках.
40. Методика обучения равновесию на одной ноге («ласточка»).
41. Урок акробатики в школе.
42. Структура урока акробатики и ее разновидности в зависимости от педагогических задач, требования к уроку.

43. Задачи, средства и требования проведения отдельных частей урока акробатики.
44. План-конспект урока акробатики.
45. Организация урока гимнастики.
46. Планирование учебной работы по акробатике в школе, его значение и задачи.
47. Виды планирования: текущее, календарное, перспективное.
48. Методика обучения темповому кувырку вперед.
49. Методика обучения кувырку назад в стойку на руках.
50. Методика обучения шпагату.
51. Методика обучения стойке на голове и руках силой согнувшись.
52. Методика обучения стойке на руках с переходом в кувырок вперед.
53. Методика обучения боковому равновесию на правой.
54. Стоечная подготовка в акробатике.
55. Методика обучения перевороту вперед.

8.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

8.4.1. МАКЕТЫ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

МАКЕТ оформления вопросов для устного опроса (в форме собеседования)

Кафедра спортивных дисциплин

Вопросы для практического занятия
по дисциплине «Акробатика»

Раздел: «Строевые упражнения».

- 1
- 2
- 3
- n

Раздел: «Общеразвивающие упражнения».

- 1
- 2
- 3
- n

Любое оценивание, проводимое в форме устного опроса, позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки. Устный опрос обладает большими возможностями воспитательного воздействия преподавателя в процессе непосредственного контакта, создавая условия для его неформального общения со студентом.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 2 балла («хорошо») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 1 балл («удовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;

Примечание: уровень знаний, умений и навыков студента при *устном ответе* во время текущего/промежуточного контроля определяется оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» по следующим критериям:

Оценка «3» (отлично) ставится, если:

- полно раскрыто содержание материала;
- материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности;
- продемонстрировано системное и глубокое знание программного материала;
- точно используется гимнастическая терминология;
- показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;
- продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов;
- ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
- продемонстрирована способность творчески применять знание теории к решению профессиональных задач;
- продемонстрировано знание современной учебной и научной литературы;

- допущены одна-две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.
- Оценка «2» (хорошо) ставится, если:
 - вопросы излагаются систематизировано и последовательно;
 - продемонстрировано умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер;
 - продемонстрировано усвоение основной литературы;
 - ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «хорошо», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены один-два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию преподавателя.
- Оценка «1» (удовлетворительно) ставится, если:
 - неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;
 - усвоены основные категории по рассматриваемому и дополнительным вопросам;
 - имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;
 - при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций (умений и навыков), студент не может применить теорию в новой ситуации;
 - продемонстрировано усвоение основной литературы.
- Оценка «0» (неудовлетворительно) ставится, если:
 - не раскрыто основное содержание учебного материала;
 - обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;
 - допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;
 - не сформированы умения и навыки.

МАКЕТ
оформления проектных методико-практических заданий
(репродуктивный уровень)
 Кафедра спортивных дисциплин

Методико-практические задания репродуктивного уровня по дисциплине «Акробатика», в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала.

Раздел: «Строевые упражнения».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части школьного урока) на учебной подгруппе: «обучение перестроению на месте из одной шеренги в три».

1.2. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части школьного урока) на учебной подгруппе: «обучение перестроению на месте из одной колонны в две».

.....
 Задание n

Ожидаемый(е) результат(ы):

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
 2. Умение собирать, систематизировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
 3. Умение самостоятельно решать методико-практические задачи на основе изученных методов, приемов, технологий (обучающих алгоритмов).
-

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ
оформления разноуровневых проектных методико-практических заданий
(репродуктивный и творческо-репродуктивный уровни)
 Кафедра спортивных дисциплин

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Акробатика»: 1) *репродуктивный уровень*, в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала, и 2) *творческо-репродуктивный уровень*, в которых студенты моделируют и реализуют собственные проекты, позволяющие осознать специфику профессионально-педагогической деятельности педагога по физической культуре и спорту в рамках проведения подготовительной части урока.

Раздел: «Общеразвивающие упражнения».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, составленного конспекта, провести (в рамках подготовительной части школьного урока) на учебной подгруппе комплекс ОРУ.

1.2. Задание: провести (в рамках подготовительной части школьного урока) на учебной подгруппе комплекс ОРУ.

На предварительном этапе подготовки: самостоятельно разработать (используя ранее освоенные - « типовые схемы составления комплекса ОРУ » и универсальный « алгоритм-инструкцию » проведения ОРУ) - проект (план-конспект), включающий содержательную (комплекс ОРУ) и технологическую компоненты конструируемого учебного процесса.

.....
 Задание n

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.

2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.

3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.

4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов, технологий.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

Оценка методики/технологии проведения урока гимнастики (фрагмента урока) происходит по следующим критериям:

Оценка	Критерии	Комментарии
«Отлично»	Демонстрация основ техники разучиваемого упражнения (элемента) или комбинации; владение на высоком уровне организацией занимающихся на уроке, адекватность подбора средств (подготовительных и подводящих упражнений), методов и приемов обучения, форм организации учебной деятельности учащихся в соответствии с задачами обучения; высокая моторная плотность урока, знание терминологии.	Демонстрация техники изучаемых элементов на основе педагогического анализа; использование адекватных средств обучения, дидактических методов и форм организации учебной деятельности; знание основ гимнастической терминологии; организация педагогического контроля за процессом обучения; решение в индивидуальном задании комплекса образовательных задач (оздоровления, воспитания и обучения).
«Хорошо»	Один-два из вышеперечисленных критериев продемонстрированы недостаточно.	Наличие незначительных ошибок в понимании и изложении техники упражнений, во взаимодействии учителя и учащихся, в подборе адекватных средств (упражнений) при решении поставленной задачи индивидуально задания, однако достаточное владение терминологическим аппаратом.
«Удовлетворительно»	Каждый из критериев продемонстрирован с существенными ошибками.	Наличие незначительных ошибок в понимании и изложении техники упражнений; слабое владение <i>методикой обучения</i> (недостаточное количество подводящих упражнений, используемых методических приемов, слабое владение организационными формами учебной деятельности) при решении поставленной задачи индивидуального задания, наличие ошибок (50%) в терминологическом обеспечении урока.
«Неудовлетворительно»	Наличие грубых ошибок в организации, методике изложения учебного материала, применении терминологии акробатических упражнений	Грубые ошибки при объяснении техники упражнений, незнание терминологии, методические погрешности в организации урока, низкая моторная плотность занятия, крайне низкая педагогическая эффективность занятия (отсутствие решения образовательных задач урока).

МАКЕТ
оформления проектных методико-практических заданий
(творческо-репродуктивный уровень)
 Кафедра спортивных дисциплин

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Акробатика»: студенты моделируют и реализуют собственные проекты процесса обучения акробатическим элементам, требующие соответственно решения на *проективно-технологической основе*, что способствует качественному формированию у студентов профессиональных компетенций, предметных знаний, умений и навыков.

Разработка студентом проектов отдельных фрагментов учебного процесса (в рамках урока ФК) основана на знании и владении *технологией дидактического проектирования*, что позволяет максимально приблизить условия профессиональной подготовки студентов к реальным условиям проектирования и практической реализации процесса обучения двигательным действиям.

Раздел: «Методика и технология обучения акробатическим упражнениям».

1.1. Задание: на основе освоенных ранее - «алгоритм инструкции» проектирования содержания обучения и «модели конструирования операционно-деятельностного компонента» процесса обучения спортивному двигательному действию, разработать проект процесса обучения «стойке на голове и руках» («мост», «стойка на лопатках», «перекаты», «кувырок вперед» и др.), с последующей практической реализацией на учебной подгруппе.

1.2. Задание: на основе освоенных ранее - «алгоритм инструкции» проектирования содержания обучения и «модели конструирования операционно-деятельностного компонента» процесса обучения спортивному двигательному действию, разработать проект процесса обучения «перевороту в сторону» («кувырок назад», «переворот вперед с опорой головы и рук» и др.), с последующей практической реализацией на учебной подгруппе.

.....
 Задание n

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.
3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов, технологий.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

Оценка	Критерии	Комментарии
«Отлично»	Демонстрация основ техники разучиваемого упражнения (элемента) или комбинации; владение на высоком уровне организацией занимающихся на уроке, адекватность подбора средств (подготовительных и подводящих упражнений), методов и приемов обучения, форм организации учебной деятельности учащихся в соответствии с задачами обучения; высокая моторная плотность урока, знание терминологии.	Демонстрация техники изучаемых элементов на основе педагогического анализа; использование адекватных средств обучения, дидактических методов и форм организации учебной деятельности; знание основ гимнастической терминологии; организация педагогического контроля за процессом обучения; решение в индивидуальном задании комплекса образовательных задач (оздоровления, воспитания и обучения).
«Хорошо»	Один-два из вышеперечисленных критериев продемонстрированы недостаточно.	Наличие незначительных ошибок в понимании и изложении техники упражнений, во взаимодействии учителя и учащихся, в подборе адекватных средств (упражнений) при решении поставленной задачи индивидуально задания, однако достаточное владение терминологическим аппаратом.
«Удовлетворительно»	Каждый из критериев продемонстрирован с существенными ошибками.	Наличие незначительных ошибок в понимании и изложении техники упражнений; слабое владение <i>методикой обучения</i> (недостаточное количество подводящих упражнений, используемых методических приемов, слабое владение организационными формами учебной деятельности) при решении поставленной задачи индивидуального задания, наличие ошибок (50%) в терминологическом обеспечении урока.
«Неудовлетворительно»	Наличие грубых ошибок в организации, методике изложения учебного материала, применении терминологии акробатических упражнений	Грубые ошибки при объяснении техники упражнений, незнание терминологии, методические погрешности в организации урока, низкая моторная плотность занятия, крайне низкая педагогическая эффективность занятия (отсутствие решения образовательных задач урока).

МАКЕТ
оформления комплекта заданий для контрольной работы

Кафедра спортивных дисциплин

Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени (в условиях аудиторной работы – 30-40 минут). Контрольная работа предполагает наличие определенных ответов.

Раздел: «Строевые упражнения».

Задание 1: Дать характеристику группе строевых упражнений – «Строевые приемы». Привести примеры использования *строевые приемы*, описать технику исполнения движений после команд: «Прямо!»; «Кругом – Марш!» и «Налево!» в движении.

Задание 2: Дать характеристику группе строевых упражнений – «Передвижения» (Фигурная маршировка). Перечислить передвижения, называемые «фигурной маршировкой». Описать технику исполнения движений после команды: «Наружу противходом – МАРШ!». Описать технику исполнения перестроение колонны по одному в колонны по 2, 4 *дроблением* и *сведением* в движении.

.....

Задание n:

Тема «Общеразвивающие упражнения».

Задание 1: Перечислить и охарактеризовать основные формы и типы записей ОРУ упражнений.

Задание 2: Записать комплекс ОРУ по показу, используя термины общеразвивающих упражнений, конкретную терминологическую запись и *правила сокращения*.

.....

Задание n:

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.

2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.

3. Умение создавать и применять документы (конспекты), связанные с профессиональной деятельностью.

4. Способность оценивать деятельность других.

Критерии оценки *выполнения* контрольной работы:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ
оформления тем рефератов
Кафедра спортивных дисциплин

Примерная тематика рефератов по дисциплине «Акробатика» (в рамках СРС):

1. Акробатика в отечественной системе физического воспитания.
2. Развитие спортивной акробатики в советский период (до 1991 г.).
3. Развитие акробатики в России (с 1991 года по настоящее время).
4. Советские и российские спортсмены-акробаты на международной арене.
5. Акробатика как одно из эффективных средств и методов физического воспитания.
6. Классификация и специфические особенности акробатических упражнений.
7. Терминология акробатических упражнений.
8. Правила и формы записи общеразвивающих, акробатических и вольных упражнений.
9. Проблема травматизма на занятиях спортивной акробатикой и способы их предупреждения.
10. Акробатика на уроках физической культуры в 1-4 классах.

.....
п.....

Критерии оценки: оценка – *подготовить и защитить реферат - 1 балл.*

Реферирование материала

Защита реферата - одна из форм проведения самостоятельной работы. Она предполагает предварительный выбор интересующей проблемы, ее глубокое изучение, изложение результатов и выводов. Термин «реферат» имеет латинские корни и в дословном переводе означает «докладываю, сообщаю».

Требования к оформлению титульного листа. В правом верхнем углу указывается название учебного заведения, в центре - тема реферата, ниже темы справа - Ф.И.О. студента, курс, группа. Ф.И.О. руководителя, внизу - город и год написания.

Оглавление. Следующим после титульного листа должно идти оглавление.

Реферат следует составлять из четырех основных частей: введения, основной части, заключения и списка литературы.

Основные требования к введению. Введение должно включать в себя краткое обоснование актуальности темы реферата, которая может рассматриваться в связи с невыясненностью вопроса в науке, с его объективной сложностью для изучения, а также в связи с многочисленными теориями и спорами, которые вокруг нее возникают. В этой части необходимо также показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и какое может иметь практическое значение. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо из практических соображений. Очень важно, чтобы студент умел выделить цель (или несколько целей), а также задачи, которые требуются решить для реализации цели.

Введение должно содержать также краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, анализируются его сильные и слабые стороны. Объем введения обычно составляет две-три страницы текста.

Требования к основной части реферата. Основная часть реферата содержит материал, который отобран для рассмотрения проблемы. Не стоит требовать очень объемных рефератов, превращая труд в механическое переписывание из различных источников первого попавшегося материала. Средний объем основной части реферата - 10 страниц. Преподавателю при рецензии, а студенту при написании необходимо обратить внимание на обоснованное распределение материала на параграфы, умение формулировать их название, соблюдение логики изложения. Основная часть реферата, кроме содержания, выбранного из разных литературных источников, также должна включать в себя собственное мнение студента и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты.

Требования к заключению. Заключение - часть реферата, в которой формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выполнение поставленных во введении задач и целей (или цели). Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из основной части. Объем заключения 2-3 страницы.

Основные требования к списку изученной литературы: источники должны быть перечислены в алфавитной последовательности (по первым буквам фамилий авторов или по названиям сборников). Необходимо указать место издания, название издательства, год издания.

Выставление оценки. В итоге оценка складывается из ряда моментов: соблюдения формальных требований к реферату грамотного раскрытия темы умения четко рассказать о представленном реферате; способности понять суть задаваемых по работе вопросов и сформулировать точные ответы на них.

Оценка работы с тестовыми заданиями:

- 0-20 % правильных ответов оценивается как «неудовлетворительно»;
30-50% - «удовлетворительно»;
60-80% - «хорошо»;
80-100% – «отлично»

Критерии оценки на промежуточной аттестации

Критерии оценки:

Оценка «зачтено» выставляется студенту при положительной оценке по трем показателям: **1)** освоение практического раздела (выполнение зачетных акробатических комбинаций на оценку согласно правилам соревнований); **2)** владение методикой и технологией обучения гимнастическим упражнениям (результаты выполнения *методико-практических заданий*); **3)** теоретический раздел.

Освоение **первого раздела** оценивается по следующим критериям: выполнить акробатические комбинации (М и Ж), продемонстрировав технику исполнения с суммой оценок в многоборье (по 10-балльной шкале):

Оценка	баллы	
	мужчины	женщины
«зачтено»	не менее 16,0	не менее 16,0

Освоение **второго и третьего разделов** оценивается по рейтинговой системе учета успеваемости студентов (по результатам - посещения занятий, устных опросов, контрольных письменных работ, выполнение методико-практических заданий, защиты реферата, тестирования). Шкала перевода суммы рейтинговых баллов в традиционную систему следующая:

- от 0 до 50 баллов – «неудовлетворительно» (не зачтено);
- от 51 до 64 баллов - «удовлетворительно» (зачтено);
- от 65 до 80 баллов - «хорошо»;
- от 81 балла до 100 баллов - «отлично».

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

№	Наименование литературы	Место-нахождение	Кол-во экз.
Основная литература			
1	Журавин М.Л. Гимнастика / Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. М.: «Академия», 2009. 6-е изд. 448 с.	Фундаментальная библиотека ДГПУ	100
2	Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. М.: «ВЛАДОС», 2003. 448 с.	Фундаментальная библиотека ДГПУ	100
3	Баршай В.М. Гимнастика / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. Изд. 2-е, доп. и перераб. Ростов н/Д.: Феникс, 2011. 332 с.	Фундаментальная библиотека ДГПУ	10
Дополнительная литература			
1	Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе. Гимнастика. М.: «Советский спорт», 2005. Вып. 4. 72 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
2	Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. М.: «Терра-Спорт». 2002. 208 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
3	Акробатика: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. Е.Г. Соколова. М.: ФиС, 1973. 160 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
4	Гимнастика / Под общ. ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1969. 423 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
5	Гимнастика / Под общ. ред. А.Т. Брыкина. М., 1971. 351 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
6	Гимнастика / Под ред. М.Л. Украна, А.М. Шлемина. М., 1977. 422 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
7	Гимнастика и методика преподавания / Под ред. В.М. Смоленского. М., 1987. 336 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1

8	Глейberman А.Н. Групповые упражнения без предметов. М, 2004. 232 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
9	Глейberman А.Н. Упражнения в парах. М, 2005. 256 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
10	Дидактические методы физического воспитания и технологии обучения: учебное пособие / О.М. Омаров, Э.А. Кашкаева, Б.М. Борлакова. Махачкала: ДГПУ, 2017. 246 с.	Науч. электр. библиограф. СД	5
11	Журавин М.Л. Методические рекомендации по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой. М., 1988.	Науч. электр. библиограф. СД	1
12	Залетаев И.И., Полиевский С.А. Общеразвивающие упражнения. М., 2002. 120 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
13	Акробатика: учебное пособие / С.В. Кожевников. М., 1984. 222 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
14	Болобан В.Н. Спортивная акробатика: Учеб. пособие для ин-тов физической культуры. Киев, 1988. 166 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
15	Омаров О.М., Кашкаева Э.А. Проектирование процесса обучения в практике работы современного педагога физической культуры // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2015. №4. С. 60-69.	Науч. электр. библиограф. СД	1
16	Пальга В.Д. Гимнастика. М., 1982. 288 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
17	Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. М., 2000.	Науч. электр. библиограф. СД	1
18	Смирнова Л.А. Общеразвивающие упражнения с предметами для младших школьников. М., 2003.	Науч. электр. библиограф. СД	1
19	Коркин В.П. Акробатика. М., 1983. 127 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
20	Теория и методика гимнастики / Под ред. В.И. Филипповича. М., 1971. 447 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1
21	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. 2-е изд. М., 2003. 480 с.	Науч. электр. библиограф. СД	1

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. www.teoriya.ru – журналы «Теория и практика физической культуры» и «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка».
2. http://www.budi.ru/article/hupp/vy/lygnyi_sport.htm - журнал «Движение жизнь».
3. <http://www.olimpiada.dljatebja.ru> - Летние и зимние олимпийские игры.
4. <http://www.edu.ru/modules.php> - Российское образование Федеральный портал.
5. www.fismag.ru - журнал «Физическая культура и спорт».
6. elibrary.ru - Научная электронная библиотека.

11. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины «Акробатика»

11.1. Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям.

Процесс изучения данной дисциплины должен строиться на основе следующих принципов:

- принцип актуализации личного опыта, учитывающий, что акробатика - сложная дисциплина, понимание которой может быть облегчено использованием практических примеров. Поэтому для достижения успешных результатов важна актуализация личного опыта. Пропуская теоретический материал через собственный профессиональный опыт, можно не просто «заучить» учебный материал, но и понять данную дисциплину;

- принцип субъектного знания, предполагающий глубокое осмысление и понимание учебного материала, обеспечивающий процесс перехода объективных знаний в субъектные, лично при-

своенные. Для этого необходимо научиться осознанно и грамотно решать проблемы и задачи педагогической деятельности.

Приступая к изучению дисциплины «Акробатика», ознакомьтесь с рабочей программой, списком учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке ДГПУ. Получите рекомендованные учебники и учебно-методические пособия в библиотеке, заведите новую тетрадь для конспектирования лекций и работы с первоисточниками.

Один из основных видов учебных занятий согласно требованиям учебного плана и рабочей программы – лекции. Несмотря на то, что лекция представляет собой монолог преподавателя и относительно пассивную позицию студента, следует обеспечить активную познавательную деятельность на учебных занятиях подобного вида. Для этого:

- заведите отдельную тетрадь для записи лекций по дисциплине;
- не старайтесь записывать дословно все, что говорит преподаватель, фиксируйте лишь самые главные мысли. Чтобы запомнить примеры, которые приводит преподаватель по ходу лекции, обозначайте их в скобках с помощью ключевых слов;
- не забывайте записывать тему лекции, ее план и литературу, которую предлагает преподаватель для дополнения и углубления знаний по изучаемой теме;
- ключевые понятия, их дефиниции выделяйте подчеркиванием, цветом или каким-либо другим способом;
- используйте в процессе записи лекции условные обозначения. Например, «!» - важно; «?» - уточнить в учебнике или задать вопрос педагогу; «+» - дополнить и т.д.;
- записывая лекционный материал, оставляйте широкие поля. Это позволит дополнить материал, уточнить его в случае необходимости;
- обязательно повторяйте предыдущий материал перед новой лекцией. При этом для лучшего усвоения и осознания материала можно выполнять различные задания: составить собственный план лекции, придумать свои примеры на основные теоретические положения, составить вопросы по материалу лекции, разработать «опорный конспект», если Вы хорошо рисуете, можно проиллюстрировать какой-то фрагмент лекции.

Обеспечивает усвоение материала составление кроссвордов, ребусов, викторин, тезауруса, формально-логических моделей и пр. Чем активнее Вы работаете с материалом лекции, тем лучше Вы его запоминаете и понимаете.

11.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.

Основным видом учебных занятий, применяемых при изучении дисциплины «Акробатика», – практические занятия. Программа по дисциплине предполагает аудиторные практические задания по изученному курсу.

Для проведения и выполнения методико-практических (компетентностно-ориентированных) заданий разработано учебное пособие, в котором подробно расписаны цель данной работы, использованное оборудование, технология и критерии оценки выполняемых проектировочных работ – проекты обучения акробатическим упражнениям.

Теоретические сведения освещаются в ходе практических занятий. Для этого необходима тетрадь. В данной тетради студент может записывать теоретические положения, самостоятельные конспекты из учебника, готовиться к практическим заданиям по дисциплине. При необходимости обратитесь за консультацией и методической помощью к преподавателю.

11.3. Методические рекомендации по подготовке к устному опросу студентов.

При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентами, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных возможностей усвоения студентами учебного материала.

Индивидуальный опрос предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития профессиональной речи, памяти, мышления студентов.

В целях рационального использования учебного времени планируется проведение комбинированного опроса, сочетающего устный опрос с практическим показом.

12. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Компьютерные презентации по темам дисциплины; электронные учебные издания, в том числе разработанные ППС кафедры *спортивных дисциплин*; видеоматериалы для лекционных и практических занятий, необходимые для освоения учебной дисциплины (модуля).

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Программы образовательные, рабочая программа дисциплины «Акробатика», поурочные (рабочие) планы, графики прохождения учебного материала, ТСО по дисциплине.

2. Видеоролики (видеофильмы, «кольцовки»), плакаты, стенды, слайды по различным разделам учебной программы.

3. Учебники, учебно-методические пособия, методические рекомендации и разработки.

4. Квалификационные и зачетные требования по курсу обучения.

5. Методические рекомендации по самостоятельной работе студента, графики контроля.

6. Тексты: государственных образовательных стандартов общего среднего образования по физической культуре; обязательного минимума содержания среднего общего образования образовательной области «Физическая культура»; Закона РФ «Об образовании»; основ законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

Лекционные занятия:

1) комплект электронных презентаций/слайдов; видеофильмы;

2) аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, проекционный экран, ноутбук).

Практические занятия:

1) презентационная техника - проектор, проекционный экран, ноутбук.

Прочее:

1) рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

Для обеспечения данной дисциплины, кроме того, необходимы:

1) оборудованный *гимнастический зал* с комплектом: гимнастический ковер; дорожка акробатическая; зеркальная стенка; лонжа страховочная; маты гимнастические; маты поролоновые; мостик гимнастический; скамейки гимнастические; Стенка гимнастическая; «стоялки» гимнастические.