

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования**
«Дагестанский государственный педагогический университет»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.04.02 «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ГИМНАСТИКЕ»

Направление подготовки – 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль) – «Спортивная тренировка»

Квалификация выпускника – Бакалавр

Формы и сроки обучения – очная (4г.), заочная (4г. 6м.)

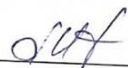
Форма обучени я	Семес тр	Трудоем кость	Виды учебной работы					Форма аттестац ии
			Лекц ии	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежу точный контроль	СРС	
заочная		108	4	6		3	95	зачет

Махачкала, 2022

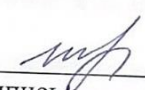
Омаров О.М. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (Гимнастика)». Махачкала: ДГПУ, 2022. 34 с.

Программа утверждена на заседаниях:

кафедры: спортивных дисциплин и единоборств (протокол № 10 от «25» мая 2022 г.)

Зав. кафедрой: Мансуров Т.М., доцент к.п.н.  2022 г.
подпись

Ученого совета факультета физической культуры и БЖ (протокол № 10 от «20» июня 2022 г.)

Председатель совета: Исмаилов Ш.О., доцент к.п.н.  2022 г.
подпись

учебно-методического совета ДГПУ (протокол № 4 от «28» июня 2022 г.)

Председатель УМС: Дибиров И.А.  2022 г.
(подпись)

© ФГБОУ ВО «ДГПУ», 2022

© О.М. Омаров, 2022

1. Цель и задачи освоения дисциплины.

Целью освоения дисциплины (модуля) «Теория и методика обучения гимнастики» является освоение студентами, обучающимися по профилю подготовки «Спортивная тренировка», системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области гимнастики необходимых в профессионально-педагогической деятельности будущим бакалаврам физической культуры.

2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина Б1.О.04.02 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)» относится **обязательной части** и **Модулю** «Теория и методика» учебного плана (основной профессиональной образовательной программы) подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль – «Спортивная тренировка».

Дисциплина Б1.О.04.02 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Физиология спорта», «Анатомия человека», «Спортивные и подвижные игры», «Гимнастика», «История физической культуры и спорта».

Компетенции сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Теория и методика обучения базовым видам спорта (л/атлетика)», «Теория и методика обучения базовым видам спорта (баскетбол)», «Теория и методика обучения базовым видам спорта (футбол)», «Легкая атлетика», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

В результате освоения содержания программы у бакалавра должны быть сформированы компетенции:

Формируемые компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Код и наименование	(Код и наименование индикатора достижения компетенции)
Универсальные компетенции	
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1 Формулирует проблему, решение которой напрямую связано с достижением цели проекта. Определяет связи между поставленными задачами и ожидаемые результаты их решения. УК-2.2 Определяет методы представления и описания результатов проектной деятельности; методы, критерии и параметры оценки результатов выполнения проекта; принципы, методы и требования, предъявляемые к проектной работе. УК-2.3 Анализирует план-график реализации проекта в целом и выбирает способ решения поставленных задач. УК-2.4 В рамках поставленных задач определяет имеющиеся ресурсы и ограничения, действующие правовые нормы. УК-2.5 Оценивает решение поставленных задач в зоне своей ответственности в соответствии с запланированными результатами контроля, при необходимости корректирует способы решения задач.
Общепрофессиональные компетенции	
ОПК-1 - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической ха-	ОПК-1.1. Знает общие основы теории и методики физической культуры, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся, основные средства и методы их физического воспитания.

рактические нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.2. Разрабатывает учебные программы по физической культуре, использует средства и методы физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся.
ОПК-3 Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1. Осуществляет профессиональную физкультурно-спортивную деятельность в соответствии с ФГОС дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования. ОПК-3.2. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по физической культуре с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности. ОПК-3.3. Анализирует эффективность технологий двигательного и когнитивного обучения и физической подготовки. Организует и осуществляет контроль и оценку физкультурно-спортивных достижений обучающихся.
ОПК - 4 – Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК - 4.1. Выбирает оптимальные формы и виды за типы нагрузок (силовой, локальный, динамический, статический). Разрабатывает комплексы общеразвивающих физических упражнений, направленных на гармоничное развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость), упражнений для повышения уровня специальной физической подготовленности. ОПК - 4.2. Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок. Проверяет наличие и достаточность материально-технических ресурсов, погодных, санитарно-гигиенических условий для проведения тренировочных занятий. ОПК-4.3. Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта, знает обязанности организаторов и судей соревнования; основные требования к местам
ОПК-7 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7.1. Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для обучающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. ОПК-7.2. Анализирует причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний, осуществляет профилактические мероприятия, оказывает первую доврачебную помощь.
ОПК-13 - Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	ОПК-13.1. Организует и проводит соревнования по избранному виду спорта различного уровня, осуществляет объективное судейство соревнований. ОПК-13.2. Разрешает спортивные споры при проведении соревнований, обеспечивает безопасность и медицинское сопровождение соревнований по избранному виду спорта.
ОПК-14 - Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного	ОПК-14.1. Знает основные виды документов планирования, методического обеспечения, контроля тренировочного и образовательного процессов.

и образовательного процесса	ОПК-14.2. Осуществляет планирование, методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процессов.
Обязательные профессиональные компетенции (при наличии)	
Профессиональные компетенции	

4. Т р у д о е м к о с т ь и з у ч е н и я д и с ц и п л и н ы .

Общая трудоемкость дисциплины составляет _3_ зачетные единицы (_108_ часов).
Дисциплина изучается в I семестре.

Вид учебной работы	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)	10
Лекции	4
Практические занятия (ПЗ)	6
Семинары (С)	
Лабораторные работы (ЛР)	
Самостоятельная работа (всего)	95
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям	
Самостоятельное изучение тем	
Экзамен	
Курсовой проект (работа)	
Расчетно-графические работы	
Контрольные работы	
Реферат	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	Зачет (3)
Общая трудоемкость	108

5. С о д е р ж а н и е д и с ц и п л и н ы (м о д у л я) , с т р у к т у р и р о в а н н о е п о т е м а м (р а з д е л а м) с у к а з а н и е м о т в е д е н н о г о н а н и х к о л и ч е с т в а а к а д е м и ч е с к и х ч а с о в и в и д о в у ч е б н ы х з а н я т и й

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

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	«Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности»	10	2			8	ОПК-8	устный опрос; реферат
2	«Гимнастика на уроке физической культуры в школе»	12				12	ОПК-8	устный опрос; реферат
3	«Организация и проведение соревнований по гимнастике»	10				10	ОПК-8	устный опрос; реферат
4	«Обеспечение техники безопасности при занятиях гимнастикой»	6				6	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос; реферат
5	«Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения»	14		2		12	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос; методико-практические задания; тест
6	«Физические качества и методика их развития в гимнастике»	8				8	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос; реферат; контрольные нормативы
7	«Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям»	18		2		16	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос; методико-практические задания
8	«Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья»	24		4		20	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос; контрольные нормативы
9	«Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»	6				6	ПКО-3 ПКО-5 ПКО-7	устный опрос
	Итого	108	2	8		98		

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

Заочная форма обучения

№	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
Тема		
1. Содержание лекционного курса		
1	«Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности»	1. Характеристика, предмет и задачи гимнастики. 2. Место и значение гимнастики в отечественной системе физического воспитания. 3. Основные средства гимнастики. 4. Методические особенности гимнастики. 5. Виды гимнастики.
2	«Гимнастика на уроке физической культуры в школе»	1. Формы занятий гимнастикой в школе. 2. Структура урока гимнастики. 3. Общие и методические положения к проведению урока гимнастики: определение целей обучения, выбор средств, дозировка упражнений и т.д. 4. Задачи, средства, методы и методические приемы обучения, формы организации учебной деятельности учащихся в «подготовительной части» урока гимнастики. 5. Задачи, средства, методы и методические приемы обучения, формы организации учебной деятельности учащихся в «основной части» урока гимнастики. 6. Задачи, средства, методы и методические приемы обучения, формы организации учебной деятельности учащихся в «заключительной части» урока гимнастики. 7. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
3	«Организация и проведение соревнований по гимнастике»	1. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике. 2. Виды и характеристика соревнований. 3. Документы, необходимые для проведения соревнований по гимнастике. 4. Работа и состав судейской коллегии на соревнованиях по гимнастике. 5. Подготовка и проведение соревнований по гимнастике. 6. Судейство соревнований по гимнастике.
2. Разделы практических/семинарских занятий		
1	«Обеспечение техники безопасности при занятиях гимнастикой»	1. Основные причины травматизма на занятиях гимнастикой. 2. Система профилактических мероприятий травматических предупреждений на занятиях гимнастикой. 3. Страховка, самостраховка и помощь как мера предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой. 4. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика. 5. Обучение приемам помощи и страховки в отдельных видах многоборья и профилактика травм.
2	«Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения»	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». Применение разнообразных ОРУ по анатомическому признаку и методической направленности для подготовки организма занимающихся к решению задач основной части учебно-тренировочного занятия. ОРУ для рук, туловища и шеи, для ног, упражнения комплексного воздействия. 1. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений (ОРУ). 2. Терминология ОРУ. 3. Способы проведения ОРУ. 4. Формы записи ОРУ. 5. Методика и технология обучения ОРУ: 1) проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: без предметов; 2) проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с предметами; 3) проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с гимнастической скамейкой; 4) проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: у гимнастической стенки. 5) проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: в парах.
3	«Физические качества и методика их развития в гимнастике»	Применение разнообразных общеразвивающих упражнений для подготовки организма занимающихся к решению задач основной части учебно-тренировочного занятия. Применение ОРУ различной направленности для развития физических качеств занимающихся. Повышение уровня развития физических качеств занимающихся для успешного овладения техникой упражнений гимнастического многоборья.

		Прием контрольных нормативов по ОФП и СФП (стойка на руках, скрещения на коне с ручками, лазание по канату, угол в упоре, подъём переворотом). Применение упражнений для развития силы на различных снарядах, с предметами и без предметов в различных режимах работы мышц. Применение активных и пассивных гимнастических упражнений для развития гибкости. Повышение уровня развития физических качеств занимающихся. Контрольная работа по теме. Соревнования по ОФП и СФП студентов специализации гимнастика. Задачи, формы, содержание физической и технической подготовки юных гимнастов. Разбор материала по физической подготовке гимнастов в секции. Отработка умений на определённом контингенте занимающихся подобрать задания по физической подготовке, исходя из подготовленности и конечной цели подготовки. Учебная практика: разработка и проведение на группе комплексных методов развития физических качеств. Разработка и проведение на группе комплексных методов развития физических качеств.
4	«Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям»	Разбор основ техники, методики и технологии обучения упражнений классификационных программ. Учебная практика по освоению технологии обучения конкретным упражнениям по заданию преподавателя. Отработка всех умений по методике обучения техники гимнастических упражнений по заданию преподавателя (объяснение техники, наглядность, помощь при обучении, определение и устранение ошибок выполнения, поиск корректирующих заданий). Разбор целостных технологических цепочек обучения гимнастическим упражнениям не ниже 2-го разряда массовой гимнастики. Определение ошибок и способов их устранения. Отработка методики соединения отдельных элементов в целостной комбинации. Учебная практика: работа на тренировочных занятиях в качестве стажера преподавателя. Демонстрация умений: показать упражнение, определить готовность к освоению упражнения, оказать помощь и страховку, определить ошибки исполнения и их причины, подобрать средства для устранения ошибок. Проектно-практические задания: проектирование учебно-тренировочных занятий по гимнастике (части занятия); проектирование процесса обучения гимнастическому упражнению. Учебная практика по проведению на подгруппе студентов учебно-тренировочного занятия (или его части). Разбор основ техники, методики и технологии обучения упражнений классификационных программ. Отработка умений оказывать помощь при выполнении упражнений на гимнастических снарядах. Проведение учебных заданий по оказанию помощи при обучении элементов на снарядах. Методический разбор техники и методики обучения упражнениям гимнастического многоборья III и II спортивного разряда действующих классификационных программ (категории Б). Отработка метода для оценки готовности гимнаста к обучению конкретным гимнастическим упражнениям. Выполнение базовых упражнений на различных снарядах с целью использования их для показа при обучении. Учебная практика. Работа на занятиях в своих группах в качестве учителя ФК. Выполнение заданий по методике обучения техники гимнастических упражнений. Совершенствование умений применения средств гимнастики с любым контингентом занимающихся. Демонстрация умений: показать упражнение, определить готовность к освоению упражнения, оказать помощь и страховку, определить ошибки исполнения и их причины, подобрать средства для устранения ошибок, составлять разнообразные учебные целостные комбинации по всем видам гимнастического многоборья. Методика и технология обучения акробатическим упражнениям: - «перекаты»; - «стойка на лопатках»; - «равновесие на одной»; - «кувырок вперед»; - «стойка на голове и руках»; - «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»; - «фродат»; - «подъем разгибом с головы»; - «переворот вперед»; - «переворот назад» (фляк) Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях параллельных: - «размахивания в упоре на предплечьях»; - «размахивания в упоре на руках»; - «размахивания в упоре»; - «из размахивания в упоре соскок махом назад»; - «упор углом»; - «из упора сед ноги врозь кувырок вперед в сед ноги врозь»; - «из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом назад в упор»; - «из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом вперед в упор»; - «из размахивания в упоре сгибание и разгибание рук»; - «из упора сед ноги врозь стойка на плечах силой»;

		- «из размахивания в упоре на руках подъем махом вперед в сед ноги врозь»; - «подъем махом назад из упора на предплечьях, руках»; - «подъем разгибом из упора на руках»; - «из седа ноги врозь стойка на плечах силой»; - «подъем разгибом из виса в упор»; - «размахивания в стойку на руках»; - «кувырок назад в упоре на руках»; - «соскок махом вперед (углом) вправо (влево)»; - «из упора согнувшись на руках подъем разгибом в сед ноги врозь». Методика и технология обучения опорным прыжкам: - «вскок в упор присев и соскок прогибаясь с козла в ширину»; - «прыжок ноги врозь через козла в ширину»; - «прыжок согнув ноги через козла в ширину»; - «прыжок боком с поворотом на 90° через коня в ширину»; - «прыжок боком через коня в ширину»; - «с косого разбега махом одной, толчком другой прыжок углом через коня»; - «прыжок ноги врозь через коня в длину»; - «Прыжок согнув ноги с замахом через коня в ширину (высота коня – 135 см. (М), 120 см. (Ж))»; - «прыжок в стойку на руках с последующим переворотом на горку матов» Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на перекладине: - «подъем переворотом в упор махом одной, толчком другой»; - «из виса на одной вне подъем на одной в упор ноги врозь одной»; - «из виса подъем переворотом в упор силой и медленное опускание в вис»; - «упор ноги врозь одной (упор верхом) и соскок с перемахом другой с поворотом на 90°»; - «из виса на одной (виса завесом) подъем в упор ноги врозь (упор верхом)»; - «из виса подъем силой в упор»; - «из упора ноги врозь правой (левой) поворот кругом с перемахом левой (правой) вперед в упор»; - «размахивания в висе»; - «подъем одной в упор ноги врозь»; - «оборот вперед из упора ноги врозь»; - «подъем разгибом в упор»; - «оборот назад правой (левой) в упоре»; - «оборот назад в упоре»; - «из упора дуга в вис»; - «соскок дугой из упора»; - «соскок махом назад». Методика и технология обучения упражнениям на кольцах: - «размахивания в висе»; - «из виса махом вперед вис согнувшись»; - «из виса махом вперед вис прогнувшись не сгибаясь»; - «размахивание в висе на согнутых руках, махом вперед и махом назад переход в вис на согнутых руках и обратно»; - «из виса на согнутых руках махом вперед вис согнувшись и прогнувшись»; - «выкрут вперед и назад»; - «соскок махом вперед»; - «соскок махом назад»; - «соскок переворотом назад из виса прогнувшись»; - «соскок махом назад из виса согнувшись»; - «соскок выкрутом назад»; - «соскок переворотом назад ноги врозь»; - выкруты вперед и назад»; - силой стойка на руках с опорой о троса. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на коне с ручками: - «махи ногами в упоре на ручках: в упоре; в упоре сзади; в упоре ноги врозь правой (левой)»; - «одноименные перемахи вперед и назад в упоре на ручках вне»; - «одноименные перемахи вперед и назад в упоре на ручках»; - «одноименные перемахи вперед и назад в упоре ноги врозь правой (левой)»; - «соскоки: одноименным и разноименным перемахом вперед и назад, с поворотом и без поворота из упора ноги врозь правой (левой)»; - «крут одной, прямое скрещение»; - «крути двумя на коне с ручками». Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях р/в: - размахивание в висе на верхней жерди изгибами, перемах согнувшись в вис лежа на нижней жерди; - оборот назад в упоре; - оборот одной вперед, соскок дугой; - подъем переворотом махом одной, толчком другой в упор; - соскок дугой из упора стоя согнувшись»; - оборот назад в упоре на нижней и верхней жерди; - подъем разгибом на нижней жерди с помощью; - подъем одной. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на бревне: - ходьба на носках с различными положениями рук; - прыжки со сменой положения ног, с продвижениями вперед, назад, в стороны;
--	--	---

		- повороты на 180° в упоре присев, в стойке ноги врозь, махом одной; - соскок прогнувшись, соскок из упора стоя на колене; - равновесия; - вскок в стойку на одной другая назад; - соскок переворотом в сторону через стойку на руках; - кувырок вперед, «колесо» на низком бревне.
5	«Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья»	Учебные/зачетные практические задания (комбинации) на гимнастических снарядах и видах многоборья: «вольные упражнения»; «перекладина»; «брусья параллельные»; «брусья разной высоты», «опорный прыжок», «кольца», «конь-махи», «бревно». Выполнение базовых упражнений на различных снарядах с целью использования их для показа при обучении. Совершенствование комбинаций гимнастического многоборья. Соревнования по спортивной гимнастике на «Первенство ФФКиБЖ» и классификационные соревнования: выполнение упражнений гимнастического многоборья III и II спортивного разряда действующих классификационных программ (категории Б).
6	«Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»	Разбор действующих правил соревнований по гимнастике: критерии оценок, требования к эталону, сбавки за ошибки, технология работы судьи. Отработка обязанностей судей по видам многоборья. Отработка обязанностей главной судейской коллегии. Контрольная работа по теме. Практическое судейство прикидок на учебно-тренировочной группе и классификационных соревнований.

6. Образовательные технологии

№	Вид и тема занятий (лекция; пр. р.; лаб. р.)	Используемые образовательные технологии	Количество часов
1	Лекция: «Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности»	«Лекция-визуализация»	2
2	Лекция: «Гимнастика на уроке физической культуры в школе»	«Лекция-визуализация»	2
3	Лекция: «Организация и проведение соревнований по гимнастике»	«Лекция-визуализация»	2
2	Практические занятия: «Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	4
	Практические занятия: «Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	8
	Практические занятия: «Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья»	«Кейс-метод»; «анализ конкретных ситуаций»	4
	Практические занятия: «Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»	«Игровое проектирование»; «деловая игра»; «разбор конкретных ситуаций»; «ролевые игры»	2
Итого			24

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	«Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности»	Написание реферата	8	Реферат
2	«Гимнастика на уроке физической культуры в	Написание реферата	10	Реферат

	школе»			
3	«Организация и проведение соревнований по гимнастике»	Написание реферата	6	Реферат
4	«Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения»	Проектирование (конструирование) комплексов ОРУ	6	Проверка проектов; тест
5	«Физические качества и методика их развития в гимнастике»	Написание реферата	4	Реферат; контрольные нормативы
6	«Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям»	Проектирование (конструирование) процесса обучения гимнастическим упражнениям в соответствии с конкретно поставленной задачей обучения	12	Проверка проектов
7	«Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья»	Конспектирование; практическое освоение учебных (зачетных) комбинаций на гимнастических снарядах	10	Проверка конспектов; контрольные нормативы
8	«Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»	Конспектирование	4	Проверка конспектов

Заочная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (в академических часах)	Форма отчетности
1	«Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности»	Написание реферата	8	Реферат
2	«Гимнастика на уроке физической культуры в школе»	Написание реферата	12	Реферат
3	«Организация и проведение соревнований по гимнастике»	Написание реферата	10	Реферат
4	«Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения»	Проектирование (конструирование) комплексов ОРУ	12	Проверка проектов; тест
5	«Физические качества и методика их развития в гимнастике»	Написание реферата	8	Реферат; контрольные нормативы
6	«Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям»	Проектирование (конструирование) процесса обучения гимнастическим упражнениям в соответствии с конкретно поставленной задачей обучения	16	Проверка проектов
7	«Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья»	Конспектирование; практическое освоение учебных (зачетных) комбинаций на гимнастических снарядах	20	Проверка конспектов; контрольные нормативы
8	«Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»	Конспектирование	6	Проверка конспектов

Примерная тематика реферативных работ

1. Гимнастика - как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
2. Советские и российские гимнасты на международной арене.
3. Гимнастика как одно из эффективных средств и методов физического воспитания.

4. Образовательно-развивающие виды гимнастики.
5. Спортивные виды гимнастики. Новые направления спортивных видов гимнастики.
6. Правила гимнастической терминологии (способы образования и правила применения терминов, правила сокращения).
7. Основные термины общеразвивающих, вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
8. Правила и форма записи общеразвивающих, акробатических и вольных упражнений.
9. Правила и форма записи упражнений на снарядах.
10. Проблема травматизма на занятиях по гимнастике и способы их предупреждения.
11. Виды страховки и помощи; самостраховка в предупреждении травм и успешности овладения гимнастическими упражнениями.
12. Акробатические упражнения.
13. Общеразвивающие упражнения без предмета.
14. Общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке.
15. Общеразвивающие упражнения на гимнастической скамейке.
16. Строевые упражнения (характеристика, классификация).
17. Общеразвивающие упражнения с предметами.
18. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
19. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю, предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой.
20. Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям.
21. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на перекладине.
22. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях параллельных.
23. Техника, методика и технология обучения опорным прыжкам.
24. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях разной высоты.
25. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на бревне.
26. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки. Особенности физической подготовки гимнастов.

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
ОК-8	+	+	
ОПК-2	+	+	

Компетенция	Этапы формирования											
	ПР1	ПР2	ПР3	ПР4	ПР5	ПР6	ПР7	ПР8	ПР9	ПР10	ПР11	ПР12
ОК-8	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ОПК-2	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	ПР13	ПР14	ПР15	ПР16	ПР17	ПР18	ПР19	ПР20	ПР21			
ОК-8	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОПК-2	+	+	+	+	+	+	+	+	+			

Заочная форма обучения

Компетенция	Этапы формирования
	Л1
ОК-8	+
ОПК-2	+

Компетенция	Этапы формирования			
	ПР1	ПР2	ПР3	ПР4
ОК-8	+	+	+	+

ОПК-2	+	+	+	+
-------	---	---	---	---

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
ОК-8 - способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знать: - цели и задачи своей работы; - специфические и педагогические методы организации занятий и средства физической культуры, управления тренировочным процессом; - современные технологии организации и проведения занятий для разного возраста, пола; - составляющие анализа учебного и воспитательного процессов; - тенденции развития современного физкультурного образования. - теорию и методику гимнастики; - методы и технологии обучения спортивным двигательным действиям; - средства контроля и оценивания знаний, умений и навыков учащихся. Уметь: - определять и ставить первоочередные цели и задачи, расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов; - самостоятельно проводить тренировочные занятия с использованием методов и средств физической культуры; - определять соответствующие приоритеты при решении социальных и профессиональных задач; - осуществлять комплексный анализ профессиональной деятельности; - применять передовые разработки в области физической культуры; - творчески использовать методы контроля и навыки проведения занятий гимнастикой; - определять эффективность различных методов и средств физкультурно-спортивной направленности; создавать авторские технологические подходы в обучении гимнастическим упражнениям; - своевременно выявлять проблемы и осуществлять их коррекцию на определенных этапах физкультурной деятельности. - отбирать и практически использовать современные методы и технологии обучения соответствующие целям и задачам занятий гимнастикой; - использовать современные методы и средства диагностики, контроля и коррекции учебной деятельности обучающихся. Владеть: - современными методами и средствами, технологиями обучения, способствующих организации и качественной подготовке обучаемых и решению профессиональных задач; - современными технологиями в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности в процессах физической культуры; - навыками дидактического проектирования и разработки технологий обучения гимнастическим упражнениям; - методами и приемами обучения и совершенствования техники гимнастических упражнений; - навыками использования средств, методов и технологий обучения в процессе проведения урока и секционных занятий гимнастикой; - навыками организации учебно-тренировочной работы по гимнастике с группами различного уровня подготовленности и различным контингентом занимающихся; - навыками диагностики уровня знаний, умений и навыков учащихся.	Тком.: содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины. Мком.: студент в основном выполнил намеренные на курс обучения методико-практические задания; в целом овладел методикой и технологией обучения гимнастическим 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 допускавший незначительные ошибки; допускал не грубые ошибки в планировании и методике проведения учебно-тренировочных занятий и уроков (частей урока) гимнастики.	Тком.: содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен; ответ не содержит обобщения и выводов. Студент испытывает значительные затруднения в установлении связи теории с практикой, не доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы; в целом не освоил основные положения учебного материала, не оперирует основными понятиями дисциплины. Мком.: ставится студенту, который не выполнил методико-практические задания, не обнаружил удовлетворительных теоретических знаний, не овладел методикой гимнастики и проектными умениями в их практической реализации; допускал грубые ошибки в планировании и методике проведения учебно-тренировочных занятий и уроков (частей урока) гимнастики.
ОПК-2 - способностью проводить занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и	Знать: - возрастные особенности обучающихся; - принципы, средства и методы физического воспитания, теорию и методику обучения двигательным действиям, развития физических способностей, организацию проведения учебных и внеучебных форм занятий по гимнастике в образовательных учреждениях; - технику безопасности и санитарно-гигиенические требования к проведению занятий по гимнастике; - современную правовую базу, требования стандартов и программный материал физического воспитания в образовательных учреждениях;	Тком.: содержание материала раскрыто, но недостаточно глубоко. Удовлетворительный ответ требует дополнений, не всегда последователен и логичен, не всегда содержит обобщения и выводы. Студент испытывает затруднения в установлении связи	Тком.: содержание материала не раскрыто. Ответ требует серьезных дополнений, не всегда последователен и логичен; ответ не содержит обобщения и выводов. Студент испытывает значительные затруднения

требований образовательных стандартов	- этапы проектирования, способы организации и управления деятельностью учащегося на занятиях гимнастикой: 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 или учебно-тренировочного (секционного) занятия по гимнастике; - средства и методы физического воспитания и самовоспитания, технологии обучения для повышения уровня физической подготовки обучающихся; - технику безопасности на занятиях по гимнастике; причины травматизма на занятиях гимнастикой и меры по их предупреждению. Уметь: - планировать нагрузку, подбирать и применять на занятиях по гимнастике адекватные поставленным задачам современные средства и методы физического воспитания; - использовать при обучении и воспитании аудиовизуальные средства, тренажеры, компьютерную технику; - контролировать эффективность решения поставленных задач; - анализировать проведение различных форм физического воспитания; - обеспечивать безопасность обучающихся на учебно-тренировочных занятиях гимнастикой; - планировать (проектировать) учебный процесс – процесс обучения гимнастическим упражнениям, урок гимнастики, секционные занятия; - проводить на уроке (на секционных занятиях) мероприятия по профилактике травматизма; - применять средства и методы гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся; - демонстрировать технику соревновательных и специально-подготовительных упражнений, предусмотренные программным материалом; - обучать гимнастическим упражнениям школьной и вузовской программы; - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий гимнастической направленности; - анализировать тренировочную и соревновательную деятельность; - осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий гимнастикой с использованием инструментальных методов; - пользоваться гимнастической терминологией (профессиональным языком) в процессе занятий гимнастикой, владеть навыками общения, воспитательной и консультационной работы, корректно выражать и аргументированно обосновывать выдвинутые задачи и положения. Владеть: - приемами составления документов планирования; - способами рациональной организации обучающихся на занятиях гимнастикой; - способами контроля за нагрузкой, плотностью занятия; - приемами оказания помощи и страховки занимающимся; - методом личного показа гимнастических упражнений; - навыками судьи по спорту. - методикой и технологией обучения строевым, общеразвивающим упражнениям, элементам акробатики и гимнастическим упражнениям на снарядах (в рамках программного материала), с использованием различных методических приемов и обучающих алгоритмов; - методами обучения и методическими приемами гимнастики, формами организации учебной деятельности учащихся на занятиях гимнастикой (в рамках проведения урока гимнастики и его отдельных частей; секционных занятий по гимнастике), средствами гимнастики (гимнастическими упражнениями); - основами техники безопасности и предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой; методическими приемами обеспечения помощи и страховки на занятиях гимнастикой.	теории с практикой, не достаточно доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы, однако, понимает основные положения учебного материала, оперирует основными понятиями дисциплины. Мком.: студент в основном выполнил намеченные на курс обучения методико-практические задания; в целом овладел методикой и технологией обучения гимнастическим 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 допускавший незначительные ошибки; допускал отдельные ошибки в планировании и проведении учебно-тренировочных занятий и уроков (частей урока) гимнастики. Пком.: выполнил(а) комбинации на видах гимнастического многоборья и набрал в сумме – 48,0 и более баллов (М), 32,0 и более баллов (Ж).	в установлении связи теории с практикой, не доказателен в процессе изложения материала, не всегда оперативно и адекватно реагирует на дополнительные вопросы; в целом не освоил основные положения учебного материала, не оперирует основными понятиями дисциплины. Мком.: ставится студенту, который не выполнил методико-практические задания, не обнаружил удовлетворительных теоретических знаний, не овладел методикой гимнастики и проектными умениями в их практической реализации; допускал грубые ошибки в планировании и методике проведения учебно-тренировочных занятий и уроков (частей урока) гимнастики. Пком.: при выполнении комбинаций на видах гимнастического многоборья набрал(а) в сумме менее 48,0 баллов (М), 32,0 баллов (Ж).
--	--	---	---

Примечание: окончательная оценка по гимнастике 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» - *методико-ориентированными заданиями* и *контрольными нормативами* выполнения комбинаций на снарядах гимнастического многоборья.

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)

Вариант 1

Тема: «Общеразвивающие упражнения»

1. Положение, из которого выполняется упражнение:
 - а) стойка «Смирно!»;
 - б) «исходное положение»;
 - в) сомкнутая стойка;
 - г) стойка «Вольно!».
2. Как осуществляется показ общеразвивающего упражнения преподавателем, стоящим лицом к колонне учащихся:
 - а) односторонне;
 - 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.

Вариант 2

1. К движениям тела относятся упражнения:
 - а) присед;
 - б) наклоны в сторону;
 - в) «шпагат»;
 - г) упоры.
2. Неправильная форма записи общеразвивающих упражнений:
 - а) обобщенная;
 - б) сокращенная;
 - в) графическая;
 - г) конкретная.
3. Промежуточным положением рук является:
 1. Руки вверх.
 2. Руки в стороны.
 3. Руки назад.
 4. Руки вверх наружу.
 5. Руки вниз.
4. Методический прием, используемый при обучении общеразвивающим упражнениям, в процессе которого преподаватель называет движение и командует: «Делай раз!»:
 - а) показ;
 - б) по разделению;
 - в) сочетание показа и рассказа;
 - г) рассказ.

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

1 курс I семестр

Тема. Гимнастика как базовая основа физкультурно-спортивной деятельности

1. Дать определение понятия «Гимнастика». Перечислить задачи, которые решаются на занятиях по гимнастике.
2. Назвать методические особенности гимнастики, раскрыть их содержание.
3. Назвать основные средства гимнастики. Дать характеристику отдельным средствам гимнастики.
4. Перечислить особенности образовательно-развивающих, оздоровительных и спортивных видов гимнастики.
5. п

Тема. Гимнастика на уроке физической культуры в школе

1. Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию.
2. Урок гимнастики, его разновидности по педагогическим задачам и структуре.
3. Требования предъявляемые к уроку гимнастики.
4. Типовая структура и разновидности урока и тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (места, климатических условий, наличия инвентаря и оборудования).
5. Особенности организации занятий гимнастикой в условиях сельской местности.
6. Дозировка упражнений при различной направленности урока.
7. Разновидности учета и оценки уровня подготовленности учащихся.
8. Меры предупреждения травматизма на уроках гимнастики.
9. Особенности занятий с детьми различного возраста и пола.
10. п

Тема. Организация и проведение соревнований по гимнастике

1. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике.
2. Положение о соревнованиях. Заявки.
3. Значение правил соревнований.
4. Характер соревнований.
5. Программа соревнований.
6. Оценка упражнений.
7. Классификация ошибок и шкала сбавок.
8. Общие требования к соревнованиям мужчин и женщин.
9. Особенности судейства обязательных и произвольных упражнений у мужчин и женщин.
10. п

Тема. Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения

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. Методико-практическое задание: разработать содержательную основу, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части школьного урока) на учебной подгруппе: «обучение перестроениям на месте в шеренге», «обучение перестроениям на месте в колонне», «перестроение из одной колонны в три уступом», «перестроение уступа из шеренги».
9. Применение разнообразных ОРУ по анатомическому признаку и методической направленности для подготовки организма занимающихся к решению задач основной части учебно-тренировочного занятия. ОРУ для рук, туловища и шеи, для ног, упражнения комплексного воздействия.
10. Характеристика и классификация общеразвивающих упражнений (ОРУ).
11. Терминология ОРУ.
12. Способы проведения ОРУ.
13. Формы записи ОРУ.
14. Описать процесс конструирования комплекса ОРУ.
15. Методика и технология обучения ОРУ: 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:
 - 1) конструирование, организация и особенности проведение комплексов ОРУ: без предметов;
 - 2) конструирование, организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с предметами;
 - 3) конструирование, организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с гимнастической скамейкой;
 - 4) конструирование, организация и особенности проведение комплексов ОРУ: у гимнастической стенки.
 - 5) конструирование, организация и особенности проведение комплексов ОРУ: в парах.

Тема. Физические качества и методика их развития в гимнастике

1. Характеристика методов развития физических качеств.
2. Применение ОРУ для подготовки организма занимающихся к решению задач основной части учебно-тренировочного занятия.
3. Применение ОРУ различной направленности для развития физических качеств занимающихся.

4. Определение и методы повышения уровня развития физических качеств занимающихся для успешного овладения техникой упражнений гимнастического многоборья.
5. Структура средств специальной физической подготовки гимнастов.
6. Метод круговой тренировки для развития физических качеств.
7. Упражнения и их применение для развития силы на различных снарядах: с предметами и без предметов в различных режимах работы мышц.
8. Применение активных и пассивных гимнастических упражнений для развития гибкости. Повышение уровня развития физических качеств занимающихся.
9. Физическая подготовка гимнастов в спортивной секции.

Тема. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям

1. Основы техники гимнастических упражнений.
2. Основы методики и технологии обучения гимнастическим упражнениям.
3. Определение ошибок в технике выполнения гимнастических упражнений и способы их устранения.
4. Методика соединения отдельных элементов в целостной комбинации (III и II разряды классификационных программ - категории «Б»).
5. Помощь и страховка в гимнастике, определение ошибок в исполнении гимнастических упражнений и их причины, подбор средств для устранения ошибок.
6. Методика учебно-тренировочных занятий по гимнастике (части занятия).
7. Методика и технология обучения акробатическим упражнениям:
 - «перекаты»;
 - «стойка на лопатках»;
 - «равновесие на одной»;
 - «кувырок вперед»;
 - «стойка на голове и руках»;
 - «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»;
 - «фондат»;
 - «подъем разгибом с головы»;
 - «переворот вперед»;
 - «переворот назад» (фляк)
8. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях параллельных:
 - «размахивания в упоре на предплечьях, на руках, в упоре»;
 - «из размахивания в упоре соскок махом назад»;
 - «упор углом»;
 - «из упора сед ноги врозь кувырок вперед в сед ноги врозь»;
 - «из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом назад в упор»;
 - «из размахивания в упоре на предплечьях подъем махом вперед в упор»;
 - «из упора сед ноги врозь стойка на плечах силой»;
 - «из размахивания в упоре на руках подъем махом вперед в сед ноги врозь»;
 - «подъем махом назад из упора на предплечьях, на руках»;
 - «подъем разгибом из упора на руках»;
 - «подъем разгибом из виса в упор»;
 - «размахивания в стойку на руках»;
 - «кувырок назад в упоре на руках»;
 - «соскок махом вперед (углом) вправо (влево)»;
9. Методика и технология обучения опорным прыжкам:
 - «прыжок ноги врозь через козла в ширину»;
 - «прыжок согнув ноги через козла в ширину»;
 - «прыжок боком с поворотом на 90° через коня в ширину»;
 - «прыжок боком через коня в ширину»;
 - «с косого разбега махом одной, толчком другой прыжок углом через коня»;
 - «прыжок ноги врозь через коня в длину»;
 - «прыжок согнув ноги с замахом через коня в ширину (высота коня – 135 см. (М), 120 см. (Ж))»;
 - «прыжок в стойку на руках с последующим переворотом на горку матов».
10. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на перекладине:
 - «подъем переворотом в упор махом одной, толчком другой»;
 - «упор ноги врозь одной (упор верхом) и соскок с перемахом другой с поворотом на 90°»;
 - «из виса подъем силой в упор»;
 - «из упора ноги врозь правой (левой) поворот кругом с перемахом левой (правой) вперед в упор»;
 - «размахивания в висе»;
 - «подъем одной в упор ноги врозь»;
 - «оборот вперед из упора ноги врозь»;
 - «подъем разгибом в упор»;
 - «оборот назад правой (левой) в упоре»;
 - «оборот назад в упоре»;

- «из упора дуга в вис»;
- «соскок дугой из упора»;
- «соскок махом назад».

11. Методика и технология обучения упражнениям на кольцах:

- «размахивания в висе»;
- «из виса махом вперед вис согнувшись»;
- «из виса махом вперед вис прогнувшись не сгибаясь»;
- «размахивание в висе на согнутых руках, махом вперед и махом назад переход в вис на согнутых руках и обратно»;
- «из виса на согнутых руках махом вперед вис согнувшись и прогнувшись»;
- «выкрут вперед и назад»;
- «соскок махом вперед»;
- «соскок махом назад»;
- «соскок переворотом назад из виса прогнувшись»;
- «соскок махом назад из виса согнувшись»;
- «соскок выкрутом назад»;
- «соскок переворотом назад ноги врозь»;
- силой стойка на руках с опорой о троса.

12. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на коне с ручками:

- «махи ногами в упоре на ручках: в упоре; в упоре сзади; в упоре ноги врозь правой (левой)»;
- «одноименные перемахи вперед и назад в упоре на ручках вне»;
- «одноименные перемахи вперед и назад в упоре на ручках»;
- «одноименные перемахи вперед и назад в упоре ноги врозь правой (левой)»;
- «соскоки: одноименным и разноименным перемахом вперед и назад, с поворотом и без поворота из упора ноги врозь правой (левой)»;
- «круг одной, прямое скрещение»;
- «круги двумя на коне с ручками».

13. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на брусьях р/в:

- размахивание в висе на верхней жерди изгибами, перемах согнувшись в вис лежа на нижней жерди;
- оборот назад в упоре;
- оборот одной вперед, соскок дугой;
- подъем переворотом махом одной, толчком другой в упор;
- соскок дугой из упора стоя согнувшись;
- оборот назад в упоре на нижней и верхней жерди;
- подъем разгибом на нижней жерди с помощью;
- подъем одной.

14. Методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на бревне:

- ходьба на носках с различными положениями рук;
- прыжки со сменой положения ног, с продвижениями вперед, назад, в стороны;
- повороты на 180° в упоре присев, в стойке ноги врозь, махом одной;
- соскок прогнувшись, соскок из упора стоя на колене;
- равновесия;
- вскок в стойку на одной другая назад;
- соскок переворотом в сторону через стойку на руках;
- кувырок вперед, «колесо» на низком бревне.

Тема. Освоение техники выполнения упражнений на гимнастических снарядах и видах многоборья.

Тема. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям

Вольные упражнения:

1. Выполнить учебную/зачетную комбинацию из ранее пройденных элементов.
2. Методико-практическое задание: создание проекта учебного процесса и практическая реализация процесса обучения «кувырку с прыжка» («переворот в сторону», «переворот вперед» и т.д.), на основе освоенной ранее модели процесса дидактического проектирования.

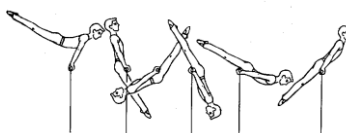
3. п



Перекладина:

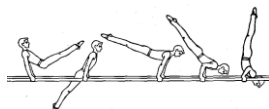
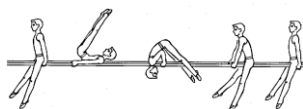
1. Выполнить учебную/зачетную комбинацию из ранее пройденных элементов.
2. Методико-практическое задание: создание проекта учебного процесса и практическая реализация процесса обучения «подъему разгибом в упор» («оборот назад в упоре», «соскок махом назад» и т.д.), на основе освоенной ранее модели процесса дидактического проектирования.

3. п



Брусья параллельные:

1. Выполнить учебную/зачетную комбинацию из ранее пройденных элементов.
2. Методико-практическое задание: создание проекта учебного процесса и практическая реализация процесса обучения «кувырок вперед» («стойка на плечах из упора махом назад» и т.д.), на основе освоенной ранее модели процесса дидактического проектирования.
3. п



Опорный прыжок через козла:

1. Выполнить: а) опорный прыжок ноги врозь с замахом, и 2) опорный прыжок согнув ноги с замахом.
2. Проектное методико-практическое задание: создание проекта учебного процесса и практическая реализация процесса обучения «опорному прыжку ноги врозь через коня в длину» («опорному прыжку через коня в длину согнув ноги» и т.д.), на основе освоенной ранее модели процесса дидактического проектирования.
3. п



Тема. Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике

1. Правила соревнований по гимнастике: критерии оценок, требования к эталону, технология работы судьи.
2. Технология судейства упражнений в спортивной гимнастике.
3. Организация проведения массовых спортивных соревнований и выступлений.
4. Обязанности судей по видам многоборья.
5. Обязанности главной судейской коллегии.
6. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике.
7. Положение о соревнованиях. Заявки.
8. Значение правил соревнований.
9. Характер соревнований.
10. Программа соревнований.
11. Оценка упражнений на гимнастических снарядах.
12. Классификация ошибок и шкала сбавок.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ

к зачету по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»

1 курс I семестр

1. Характеристика средств гимнастики.
2. Гимнастика в средних и высших учебных заведениях.
3. Термины общеразвивающих упражнений.
4. Составление комплексов ОРУ.
5. Методика проведения ОРУ.
6. ОРУ как средство воспитания физических качеств.
7. Причины травматизма на занятиях гимнастикой. Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.
8. Страховка и помощь на занятиях гимнастикой. Методика обучения приемам страховки и помощи.
9. Методика проведения отдельных частей занятий гимнастикой.
10. Термины упражнений на снарядах.
11. Термины акробатических упражнений.
12. Общие основы техники упражнений на гимнастических снарядах.
13. Обучение гимнастическим упражнениям: создание представления об упражнении, разучивание упражнения, закрепление и совершенствование техники исполнения гимнастического упражнения.
14. Методы, приемы и условия обучения в гимнастике.
15. Методика исправления ошибок в спортивной гимнастике.
16. Методика обучения опорному прыжку ноги врозь через козла.
17. Методика обучения соскоку прогнувшись с поворотом направо из седа на левом бедре на н/ж.
18. Методика обучения соскоку углом с н/ж на брусьях разной высоты.
19. Методика обучения маху назад в упор лежа на согнутых руках на бревне.
20. Методика обучения соскоку вперед прогнувшись на бревне.
21. Методика обучения прыжку в упор, правая в сторону на носок, из стойки продольно на бревне.
22. Методика обучения равновесию на правой на бревне.
23. Методика обучения кувырку вперед.

24. Методика обучения кувырку назад.
25. Методика обучения перевороту в сторону («колесо»).
26. Методика обучения стойке на голове и руках.
27. Методика обучения подъему махом назад из размахивания в упоре на предплечьях (брусья).
28. Методика обучения обороту назад в упор на низкой перекладине.
29. Методика обучения соскоку дугой на низкой перекладине.
30. Методика обучения махам влево вправо на коне.
31. Методика обучения перемаху правой и соскоку прогнувшись с поворотом налево на 90 градусов.
32. Методика обучения перемахам левой/правой на коне.
33. Методика обучения соскоку махом назад на кольцах.
34. Задачи, средства и требования проведения отдельных частей урока гимнастики.
35. Методы и приемы регулирования функциональной и психической нагрузки занимающихся.
36. Методика обучения прыжку ноги врозь через коня в длину.
37. Методика обучения спадку из упора на в/ж в вис лежа сзади на бедрах.
38. Методика обучения кругу правой на коне.
39. Методика обучения подъему махом назад из размахивания в упоре на руках на брусьях.
40. Методика обучения стойке на плечах силой согнувшись на брусьях.
41. Методика обучения подъему разгибом на перекладине.
42. Методика обучения обороту назад в упоре на перекладине.
43. Методика обучения маху дугой в вис на перекладине.
44. Положение о соревнованиях по спортивной гимнастике и его основные разделы.
45. Программа массовых школьных соревнований по спортивной гимнастике и ее назначение.
46. Основные разделы работы секретариата соревнований по спортивной гимнастике.
47. Классификация ошибок на соревнованиях по спортивной гимнастике.
48. Как выводится оценка за выполнение упражнения на гимнастическом снаряде?
49. Судейская коллегия на соревнованиях по спортивной гимнастике, ее состав и обязанности.
50. Методика обучения прыжку согнув ноги через коня в длину (высота 125см).
51. Методика обучения обороту вперед верхом на перекладине.
52. Методика обучения прыжку в упор правая в сторону на носок на бревне из стойки продольно.
53. Методика обучения опорному прыжку боком через коня.
54. Методика обучения опорному прыжку ноги врозь через козла.
55. Методика обучения опорному прыжку углом через козла с косого разбега.
56. Методика обучения подъему переворотом в упор на в/ж на брусьях разной высоты.
57. Методика обучения спадку вперед в вис лежа на н/ж на брусьях разной высоты.

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 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»

Раздел: «Строевые и общеразвивающие упражнения и методика их проведения».

- 1
- 2
3.
- п.

Раздел: «Физические качества и методика их развития в гимнастике».

- 1
- 2
3.
- п.

Раздел: «Основы судейства упражнений в спортивной гимнастике»

- 1
- 2
3.

п.

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 методико-практических заданий
(репродуктивный уровень)
Кафедра спортивных дисциплин

Методико-практические задания репродуктивного уровня по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)», в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала.

Раздел: «ОРУ и методика их проведения».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части учебно-тренировочного занятия) на учебной подгруппе: «обучение комплексу ОРУ без предметов».

1.2. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, написать конспект и провести (в рамках подготовительной части учебно-тренировочного занятия) на учебной подгруппе: «обучение комплексу ОРУ с гимнастической скамейкой».

.....
Задание n

Ожидаемые результаты:

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 методико-практических заданий
(репродуктивный и творческо-репродуктивный уровни)
Кафедра спортивных дисциплин

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»: 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 учебно-тренировочного занятия или урока гимнастики.

Раздел: «ОРУ и методика их проведения».

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

1.2. Задание: провести (в рамках подготовительной части учебно-тренировочного занятия или 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 п

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 учебно-тренировочного занятия (урока гимнастики или его фрагмента) 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 гимнастической терминологии	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 методико-практических заданий
(творческо-репродуктивный уровень)
Кафедра спортивных дисциплин

Методико-практические задания по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»: студенты моделируют и реализуют собственные проекты процесса обучения гимнастическим 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 учебно-тренировочного занятия или урока гимнастики) 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.

Структура проектирования (конструирования) студентом учебного процесса по конкретной учебной теме включает компоненты:

1. Задачи урока (целеполагание, в соответствии с этапами обучения двигательным действиям).
2. Содержание учебного материала (техника выполнения гимнастического упражнения + подбор упражнений (средств обучения), направленных на разучивание данного упражнения).
3. Методический инструментарий учителя ФК: методы и приемы обучения, формы организации учебной деятельности учащихся, алгоритмические предписания по обучению данному упражнению);
4. Учебно-познавательная деятельность учащихся (слушают/наблюдают (усваивают), выполняют).
5. Коррекция: определение характерных - «*грубых*», «*средних*» и «*мелких*» ошибок. Владение и использование конкретных видов помощи и страховки, оказываемых обучаемым.

Раздел: «Техника, методика и технология обучения гимнастическим 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 «перевороту в сторону» («стойка на руках», «переворот вперед», «кувырок вперед прыжком» и т.д.), 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 «опорному прыжку ноги врозь через коня» («опорный прыжок согнув ноги через коня», «опорный прыжок боком» и т.д.), с последующей практической реализацией на учебной подгруппе.

.....

Задание п

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 гимнастической терминологии	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.

Тема «ОРУ и методика их проведения».

Задание 1: проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: без предметов;

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

Задание 3: проектирование (конструирование), организация и особенности проведение комплексов ОРУ: с предметами;

.....

Задание n:

Раздел: «Физические качества и методика их развития в гимнастике».

Задание 1: дать характеристику методов развития физических качеств.

Задание 2: дать характеристику средств специальной физической подготовки гимнастов.

Задание 3: применение метода круговой тренировки для развития физических качеств.

.....

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 анализировать и 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 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)» (в рамках СРС):

1. Основы спортивной тренировки в гимнастике.
2. Виды тренировки. Дозирование нагрузки. Правила техники безопасности на занятиях по гимнастике.
3. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
4. Использование средств восстановления на занятиях гимнастики.
5. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю, предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой.
6. Техника, методика и технология обучения акробатическим упражнениям.
7. Техника, методика и технология обучения гимнастическим упражнениям на перекладине.
-
- 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 уметь выделить цель (или несколько целей), а также задачи, которые требуется 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 (зачетные комбинации на снарядах гимнастического многоборья); 2) владение методикой и технологией обучения гимнастическим упражнениям (результаты выполнения *методико-практических заданий*); 3) теоретический раздел.

Освоение **первого раздела** оценивается по следующим критериям: выполнить комбинации видов мужского (женского) многоборья, продемонстрировав технику исполнения с суммой оценок в многоборье:

Оценка	баллы	
	мужчины	женщины
«зачтено»	не менее 48,0	не менее 32,0

Освоение **второго и третьего** разделов оценивается по рейтинговой системе учета успеваемости студентов (по результатам - посещения занятий, устных опросов, контрольных письменных работ, выполнение проектных 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 и выше - «удовлетворительно» (**зачтено**).

Примечание: более подробно общие критерии оценивания видов деятельности студентов по разделам (модулям) дисциплины представлены в ФОС (прилагается к РПУД «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»).

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. Курысь, 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	Гаввердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. М.: «Терра-Спорт». 2002. 208 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
3	Гаввердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. М., 2001.	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. Смолевского. М., 1987. 336 с.	Науч. электр. библи. каф. СД	1
8	Глейberman А.Н. Групповые упражнения без предметов. М, 2004. 232	Науч. электр.	1

	с.	библ. каф. СД	
9	Глейberman А.Н. Упражнения в парах. М, 2005. 256 с.	Науч. электр. библ. каф. 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. библ. каф. СД	5
11	Журавин М.Л. Методические рекомендации по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой. М., 1988.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
12	Залетаев И.И., Полиевский С.А. Общеразвивающие упражнения. М., 2002. 120 с.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
13	Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. Ростов н/Д: Феникс, 2002. 384 с.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
14	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. библ. каф. СД	1
15	Палыга В.Д. Гимнастика. М., 1982. 288 с.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
16	Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. М., 2000.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
17	Смирнова Л.А. Общеразвивающие упражнения с предметами для младших школьников. М., 2003.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
18	Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, СДЮШОР, ШВСМ. М.: Советский спорт, 2005. 420 с.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
19	Теория и методика гимнастики / Под ред. В.И. Филипповича. М., 1971. 447 с.	Науч. электр. библ. каф. СД	1
20	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. 2-е изд. М., 2003. 480 с.	Науч. электр. библ. каф. 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 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)»

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 гимнастика - 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 науку;

- принцип субъектного знания, предполагающий глубокое осмысление и понимание учебного материала, обеспечивающий процесс перехода объективных знаний в субъектные, личностно присвоенные. Для этого необходимо научиться осознанно и грамотно решать проблемы и задачи педагогической деятельности.

Приступая к изучению дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)», 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 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)», – практические занятия. Программа по дисциплине предполагает аудиторские 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 учебно-тренировочных занятий; проекты процесса обучения гимнастическим упражнениям и др.

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 «Теория и методика обучения базовым видам спорта (гимнастика)», 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:

- a. комплект электронных презентаций/слайдов; видеофильмы;
- b. аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, проекционный экран, ноутбук).

Практические занятия:

- c. презентационная техника - проектор, проекционный экран, ноутбук.

Прочее:

- d. рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

Для обеспечения данной дисциплины, кроме того, необходимы:

- оборудованный *гимнастический зал* с комплектом гимнастических снарядов (гимнастический конь с ручками; гимнастический мост; гимнастический козел; гимнастическое бревно; гимнастический конь; перекладина; брусья параллельные; кольца; брусья р/в;
- гимнастические маты;
- гантели, гимнастические палки, скакалки, гимнастические стенка и скамейки.