

<b>ОПОП</b> Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Ребковец Ольга Александровна Должность: И.о. ректора СПО	СМК-РПД-В1.П2-2023
<b>Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО</b>	
Дата подписания: 26.05.2024 10:46:48 Уникальный программный ключ: e789ec8739030382afc5ebff702928adf1af5cfb	

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга»

Рассмотрено и утверждено  
на заседании кафедры педагогики  
«20» апреля 2023 г., протокол № 9  
Зав. кафедрой педагогики  
И.И. Прошина

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Б1.В.01.02 Гимнастика с методикой преподавания**

Направление подготовки:

**44.03.01 Педагогическое образование**

Направленность (профиль) подготовки:

«Физическая культура» на базе СПО

**Квалификация выпускника:** бакалавр

**Форма обучения:** заочная

**Курс 2 Семестр 3;4**

Курсовая работа: нет

Зачёт: 3 семестр

Экзамен: 4 семестр

Год набора 2023

Петропавловск-Камчатский 2023 г.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

Рабочая программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 г. № 121, зарегистрированным в Минюсте России 15.03.2018 г. № 50362 (далее ФГОС ВО).

Разработчик(и): старший преподаватель кафедры педагогика Лукьянова Т.А.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины .....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП ВО .....	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине .....	4
4. Содержание дисциплины .....	6
5. Тематическое планирование .....	8
6. Самостоятельная работа .....	10
6.1. Планы практических занятий .....	10
6.2. Внеаудиторная самостоятельная работа .....	12
Контрольные и курсовые работы не предусмотрены. ....	14
8. Перечень вопросов на зачёт (3 семестр) .....	14
9. Перечень вопросов на экзамен (4 семестр) .....	14
10. Учебно-методическое и информационное обеспечение .....	16
10.1. Основная учебная литература: .....	16
10.2. Дополнительная учебная литература: .....	17
10.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет: .....	18
11. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента .....	18
12. Материально-техническая база .....	19

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

**Целью освоения дисциплины является:** формирование готовности студентов к преподаванию раздела «Гимнастика с элементами акробатики» предмета «Физическая культура» на различных ступенях общеобразовательной школы на основе специальных знаний и умений в области теории гимнастики (образовательно-развивающей, спортивной и оздоровительной) и методики ее преподавания.

**Задачи освоения дисциплины:** создать у студентов представление о методологии обучения упражнениям. Закрепить и совершенствовать технику выполнения гимнастических упражнений на видах многоборья, представленные в школьной программе по физической культуре.

### 2. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина «Гимнастика» относится к Блоку 1 (дисциплины), к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Для освоения дисциплины студентам потребуются знания, умения, навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин: «Педагогика физической культуры и спорта», «Методика обучения и воспитания (по профилю)», «Безопасность жизнедеятельности», «Биохимия».

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки: УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

Код компетенции	Компетенция	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
УК-7	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК 7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни. УК 7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учётом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. УК 7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
ПК-1	Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предмета; научно-теоретические основы предметной области; основные технологии предметной области. ПК-1.2. Формулирует цели и задачи преподавания по предмету в соответствии с требованиями ФГОС и учётом особенностей обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; подбирает и применяет адекватные поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы и формы обучения, технологии воспитания обучения;

		<p>организует и осуществляет контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения предметной области.</p> <p>ПК-1.3. Владеет навыками отбора учебного содержания занятий по предмету для реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС; навыками организации и проведения занятий по предмету, а также оценки их эффективности в соответствии с требованиями ФГОС, содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся; навыками использования профессиональной терминологии, речи и жестикуляции в процессе занятий.</p>
<b>ПК-2</b>	Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	<p>ПК-2.1. Ставит воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера. Определяет воспитательный потенциал различных видов деятельности ребенка. Планирует воспитательные мероприятия.</p> <p>ПК-2.2. Организует различные виды внеурочной деятельности: игровую, учебно-исследовательскую, художественно-продуктивную, культурно-досуговую с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона.</p> <p>ПК-2.3. Реализует современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы, используя их как на занятии, так и во внеурочной деятельности.</p> <p>ПК-2.4. Знает и соблюдает правовые, нравственные нормы, требования профессиональной этики.</p>
<b>ПК-3</b>	Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	<p>ПК-3.1. Способен на основе знаний в соответствующей предметной области определять содержание учебно-проектной деятельности обучающихся.</p> <p>ПК-3.2. Определяет требования к результатам индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности.</p> <p>ПК-3.3. Осуществляет руководство действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности, в том числе в онлайн среде.</p>
<b>ПК-4</b>	Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья	<p>ПК-4.1. Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий с учетом различного контингента обучающихся.</p> <p>ПК-4.2. Умеет планировать и корректировать образовательные задачи (совместно с психологом и другими специалистами) по результатам мониторинга, с учетом индивидуальных особенностей развития каждого ребенка.</p> <p>ПК-4.3. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения,</p>

		развития, воспитания. ПК-4.4. Формирует систему регуляции поведения и деятельности обучающихся ограниченными возможностями здоровья.
<b>ПК-5</b>	Способен проектированию программ учебных предметов в соответствии с требованиями ФГОС начального общего, основного общего и среднего общего образования	ПК-5.1. Анализирует учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психолого-педагогической и методической целесообразности использования; проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами. ПК-5.2. Конструирует содержание обучения по предмету в соответствии с требованиями примерных образовательных программ по учебному предмету; программами и учебниками по преподаваемому предмету. ПК-5.3. Разрабатывает рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение.
<b>ПК-6</b>	Готов реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	ПК-6.1. Планирует и осуществляет учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой, примерной образовательной программой по предмету. ПК-6.2. Реализует рабочую программу учебной дисциплины. ПК-6.3. Корректирует рабочую программу учебной дисциплины для различных категорий обучающихся. Составляет план, конспект, технологическую карту учебных занятий соответствующих предметных областей, включая различные приёмы формирования познавательной мотивации обучающихся.

#### 4. Содержание дисциплины

##### 3 семестр

**Тема 1:** «Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания».

История и виды гимнастики. Гимнастика в дошкольных учреждениях, в общеобразовательных учреждениях, образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования. Техника безопасности и предупреждение травматизма при использовании средств гимнастики.

**Тема 2:** «Терминология гимнастических упражнений».

Терминология, способы образования терминов, их классификация.

Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Правила использования гимнастической терминологии. Термины общеразвивающих и вольных упражнений. Термины упражнений гимнастического многоборья.

**Тема 3:** «Проведение строевых упражнений. Построения и перестроения. Команды и методика обучения».

Построение в одну шеренгу и в колонну, перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение по диагонали, противоходом и змейкой, захождением плечом. Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и по 3 на месте, различные варианты размыкания на указанный интервал. Форма рапорта дежурного,

повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Ознакомление с командами, техникой выполнения и методикой обучения. Ролевые задания в проведении указанных строевых упражнений. Запись.

**Тема 4:** «Проведение общеразвивающих упражнений различными способами».

Последовательность общеразвивающих упражнений в комплексе. Способы обучения (показ, рассказ, смешанный, поточный, по-разделениям).

Общеразвивающие упражнения с палкой, мячом, скакалкой и обручем. Проведение общеразвивающих упражнений на гимнастической стенке и гимнастической скамейке, в парах. Общеразвивающие упражнения с отягощениями. Ознакомление с командами, ролевые задания (в парах) в проведении и обучении общеразвивающих упражнений. Запись.

**Тема 5:** «Методология обучения гимнастическим упражнениям».

Техника упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.

Статические и динамические упражнения. Общие правила анализа (объяснения) техники исполнения гимнастических упражнений. Методика обучения гимнастическим упражнениям. Методы обучения упражнениям. Этапы обучения упражнениям.

**Тема 6:** «Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики».

Задачи обучения гимнастике в школе. Требования к уроку с использованием средств гимнастики. Структура построения урока использованием средств гимнастики. Подготовительная часть урока. Основная часть урока. Заключительная часть урока. Дозирование нагрузки на уроке. Организационные аспекты занятия. Особенности проведения занятий с учащимися специальных медицинских групп. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях.

#### *4 семестр*

**Тема 1:** «Методика обучения прикладным упражнениям».

Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Ходьба, бег, разучивание упражнений в равновесии, упражнений в лазании, упражнений в перелезании и в преодолении препятствий, упражнений в метании и ловле, упражнений в поднимании и переноске груза, упражнений в переползании. Простые прыжки. Подготовка фрагмента конспекта урока. Закрепление терминологии.

**Тема 2:** «Методика обучения упражнениям гимнастического многоборья».

Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью упражнений гимнастического многоборья. Разучивание упражнений на гимнастическом снаряде «бревно»: передвижения по бревну, прыжки, подскоки, повороты на бревне, соскоки. Классификация прыжков. Обучение и способы проведения прыжков с длинной и короткой скакалкой, прыжков в высоту и длину. Разучивание опорных прыжков через козла. Подготовка фрагмента конспекта урока. Закрепление терминологии.

**Тема 3:** «Методика обучения акробатическим упражнениям».

Характеристика и назначение акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. Обучение и способы проведения акробатических упражнений: группировки, перекаты назад и вперед из упора присев, кувырки вперед и назад, упражнения в балансировании: равновесие, мост, шпагат, стойки на лопатках, на голове и руках. Подготовка фрагмента конспекта урока. Закрепление терминологии.

**Тема 4:** «Причины травматизма и способы его предупреждения на занятиях по гимнастике».

Требования, предъявляемые к месту проведения занятий по гимнастике. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма на занятиях по гимнастике. Обучение приемам страховки и помощи в опорных прыжках.

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

**Тема 5:** «Методика обучения нетрадиционным видам гимнастики (аэробика, стрейчинг, йога, пилатес)».

Методика обучения нетрадиционным видам гимнастики. Демонстрация преподавателем элементов нетрадиционных видов гимнастики.

### 5. Тематическое планирование

3 семестр

#### Модули дисциплины

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Лабораторные	Сам. работа	Всего, часов
1.	<b>Основы теории и методики преподавания гимнастики.</b>	4	8	0	60	72
	<b>Всего</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>60</b>	<b>72</b>

#### Тематический план Модуль 1

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Лекции</b>		
1	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
2	Терминология гимнастических упражнений.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
1	Проведение строевых упражнений. Построения и перестроения. Команды и методика обучения.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
2	Проведение общеразвивающих упражнений различными способами.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
3	Методология обучения гимнастическим упражнениям.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
4	Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
	<b>Самостоятельная работа</b>		
1	История развития гимнастики.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

2	Методика обучения строевым упражнениям.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
3	Методика обучения общеразвивающим упражнениям.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
4	Основные задачи, решаемые с помощью общеразвивающих упражнений.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
5	Правила записи ОРУ и требования к оформлению комплексов.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
6	Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

4 семестр

**Модули дисциплины**

№	Наименование модуля	Лекции	Практики/ семинары	Сам. работа	Контроль	Всего, часов
1.	<b>Формы и методика занятий гимнастикой.</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>108</b>
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>108</b>

**Модуль 1**

№ темы	Тема	Кол-во часов	Компетенции по теме
	<b>Практические занятия (семинары)</b>		
1	Методика обучения прикладным упражнениям.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
2	Методика обучения упражнениям гимнастического многоборья.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
3	Методика обучения акробатическим упражнениям.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
4	Причины травматизма и способы его предупреждения на занятиях по гимнастике.	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
5	Методика обучения нетрадиционным видам гимнастики (аэробика, стрейчинг, йога, пилатес).	2	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

Самостоятельная работа			
1	Характерные особенности и задачи урока гимнастики в школе.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
2	Структура урока гимнастики в школе и методика проведения отдельных его частей.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
3	Методика планирования учебного материала. Составление тематизированной рабочей программы.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
4	Методика составления плана-графика прохождения учебного материала.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
5	Подготовка учителя к уроку.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
6	Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
7	Педагогический контроль и анализ урока гимнастики.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
8	Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальных медицинских групп.	10	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6
9	Разработка конспекта школьного урока по гимнастике.	9	УК-7; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

## 6. Самостоятельная работа

Самостоятельная работа включает две составные части: аудиторная самостоятельная работа и внеаудиторная.

Самостоятельная аудиторная работа включает выступление по вопросам семинарских занятий, выполнение практических заданий (*при наличии*).

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов заключается в следующих формах:

- изучение литературы; осмысление изучаемой литературы;
- работа в информационно-справочных системах;
- аналитическая обработка текста (конспектирование, реферирование);
- составление плана и тезисов ответа в процессе подготовки к занятию;
- подготовка сообщений по вопросам семинарских занятий.

### 6.1. Планы практических занятий

*3 семестр*

**Практическое занятие №1: «Проведение строевых упражнений. Построения и перестроения. Команды и методика обучения».**

**План.**

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью строевых упражнений.
2. Классификация строевых упражнений и обучение им.
3. Обучение строевым упражнениям.

**Практическое занятие №2: «Проведение общеразвивающих упражнений различными способами.****План.**

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвивающих упражнений.
2. Классификация общеразвивающих упражнений.
3. Обучение и способы проведения общеразвивающих упражнений.

**Семинар № 3: «Методология обучения гимнастическим упражнениям».****План.**

1. Техника упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.
2. Статические и динамические упражнения.
3. Общие правила анализа (объяснения) техники исполнения гимнастических упражнений.
4. Методика обучения гимнастическим упражнениям.
5. Методы обучения упражнениям.
6. Этапы обучения упражнениям.

**Семинар № 4: «Урок физической культуры в школе с использованием средств гимнастики».****План.**

1. Задачи обучения гимнастике в школе.
2. Требования к уроку с использованием средств гимнастики.
3. Структура построения урока с использованием средств гимнастики.
  - 4.1 Подготовительная часть урока.
  - 4.2 Основная часть урока.
  - 4.3 Заключительная часть урока.
5. Дозирование нагрузки на уроке.
6. Организационные аспекты занятия.
7. Особенности проведения занятий с учащимися специальных медицинских групп.
8. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях.

**4 семестр****Практическое занятие № 1: «Методика обучения прикладным упражнениям».****План:**

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью прикладных упражнений.
2. Классификация прикладных упражнений.
3. Обучение и способы проведения прикладным упражнениям.

**Практическое занятие № 2: «Методика обучения упражнениям гимнастического многоборья»****План:**

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью упражнений гимнастического многоборья.
2. Классификация упражнений гимнастического многоборья.
3. Обучение и способы проведения упражнений гимнастического многоборья.

**Практическое занятие № 3: «Методика обучения акробатическим упражнениям».**

**План:**

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений.
2. Классификация акробатических упражнений.
3. Обучение и способы проведения акробатических упражнений.

**Семинар № 4: «Причины травматизма и способы его предупреждения на занятиях по гимнастике».**

**План.**

1. Причины травматизма и способы его предупреждения на занятиях по гимнастике.
2. Требования предъявляемые к месту проведения занятий по гимнастике.
3. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма на занятиях по гимнастике.
4. Виды страховки.
5. Какие бывают виды помощи.
6. Что нужно знать, уметь и применять при осуществлении страховки.
7. Какую роль в предотвращении травм играет самостраховка.
8. Обучение приёмам страховки и помощи в опорных прыжках.

**Практическое занятие № 5: «Методика обучения нетрадиционным видам гимнастики (аэробика, стрейчинг, йога, пилатес)».**

**План:**

1. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью нетрадиционных видов гимнастики.

**6.2. Внеаудиторная самостоятельная работа**

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы	Вид СР	Трудоемкость (час.)
<b>Зсеместр</b>				
1.	Основы теории и методики преподавания гимнастики.	«История развития гимнастики».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
2.	Основы теории и методики преподавания гимнастики.	«Методика обучения строевым упражнениям».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
3.	Основы теории и методики преподавания гимнастики.	«Методика обучения общеразвивающим упражнениям».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
4.	Основы теории и	«Основные задачи,	Изучение	10

	методики преподавания гимнастики.	решаемые с помощью общеразвивающих упражнений».	теоретического материала и написание реферата.	
5.	Основы теории и методики преподавания гимнастики.	«Правила записи ОРУ и требование к оформлению комплексов».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
6.	Основы теории и методики преподавания гимнастики.	«Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
<b>4 семестр</b>				
1.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Характерные особенности и задачи урока гимнастики в школе».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
2.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Структура урока гимнастики в школе и методика проведения отдельных его частей».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
3.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Методика планирования учебного материала. Составление тематизированной рабочей программы».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
4.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Методика составления плана-графика прохождения учебного материала».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
5.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Подготовка учителя к уроку».	Изучение теоретического материала и написание реферата	10
6.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастикой».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
7.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Педагогический контроль и анализ урока гимнастики».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
8.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальных медицинских групп».	Изучение теоретического материала и написание реферата.	10
9.	Формы и методика занятий гимнастикой.	«Школьный урок по гимнастике».	Изучение теоретического материала и	9

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

			написание конспекта.	
--	--	--	----------------------	--

## 7. Примерная тематика контрольных и курсовых работ.

Контрольные и курсовые работы не предусмотрены.

## 8. Перечень вопросов на зачёт (3 семестр).

1. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина: задачи и методические особенности гимнастики. Классификация видов гимнастики, их характеристика.
2. Средства гимнастики, их характеристика.
3. Гимнастическая терминология. Правила названия и записи упражнений.
4. Гимнастическая терминология. Термины общеразвивающих упражнений (ОРУ).
5. Гимнастическая терминология. Термины упражнений на снарядах.
6. Строевые упражнения (СУ). Построения и перестроения. Команды и методика обучения.
7. СУ. Повороты на месте налево, направо, кругом. Команды и методика обучения.
8. СУ. Виды передвижений. Команды и методика обучения.
9. СУ. Передвижения с изменением направления движения. Команды и методика обучения.
10. СУ. Передвижения с изменением темпа движения. Команды и методика обучения.
11. СУ. Перестроения уступами. Обратное перестроение. Команды и методика обучения.
12. СУ. Перестроения из 1 шеренги в 2 и обратно. Команды и методика обучения.
13. СУ. Перестроения из 1 шеренги в 3 и обратно. Команды и методика обучения.
14. СУ. Перестроения из 1 колонны в 2 и обратно. Команды и методика обучения.
15. СУ. Перестроения из 1 колонны в 3 и обратно. Команды и методика обучения.
16. СУ. Перестроения из 1 колонны в колонну по 2 и более поворотом в движении. Обратное перестроение. Команды и методика обучения.
17. СУ. Перестроения из 1 колонны в колонну по 4 дроблением и сведением и обратно, разведением и слиянием. Команды и методика обучения.
18. СУ. Размыкания. Команды и методика обучения.
19. ОРУ, их характеристика.
20. ОРУ. Схема (последовательность) и принципы проведения комплекса.
21. ОРУ. Методические приёмы проведения комплекса.
22. ОРУ с предметами. Терминология. Особенности проведения.
23. ОРУ на гимнастической стенке. Терминология. Особенности проведения.
24. ОРУ в парах. Особенности проведения.
25. ОРУ поточным способом. Особенности проведения.
26. ОРУ проходным способом. Особенности проведения.
27. ОРУ. Особенности управления голосом при проведении комплекса.
28. Требования, предъявляемые к преподавателю, проводящему ОРУ.
29. Подготовительная часть урока (ПЧУ). Задачи, средства, технология проведения.
30. Особенности проведения ПЧУ со школьниками разного возраста.
31. Особенности занятий гимнастикой с учащимися специальных медицинских групп.

## 9. Перечень вопросов на экзамен (4 семестр).

1. Перечислите основные средства гимнастики.
2. Строевые упражнения (СУ). Основные наименования строя и его расположения.
3. Какие задачи решаются с помощью строевых упражнений на занятиях по гимнастике.

4. На какие подгруппы разделяются строевые упражнения?
5. Что использует учитель при выполнении строевых упражнений для чёткого управления учащимися?
6. ОРУ. Их особенности.
7. ОРУ, классификация.
8. Принципы проведения ОРУ.
9. Методы проведения ОРУ.
10. Способы проведения ОРУ.
11. Раскройте сущность раздельного способа проведения ОРУ.
12. Раскройте сущность поточного способа проведения ОРУ.
13. Раскройте сущность проходного способа проведения ОРУ.
14. Что входит в группу прикладных упражнений?
15. Что входит в группу упражнений гимнастического многоборья?
16. Что входит в группу акробатических упражнений?
17. Перечислите виды гимнастики.
18. Перечислите основные виды спортивной гимнастики.
19. Перечислите основные виды оздоровительной гимнастики.
20. Перечислите образовательно-развивающие виды гимнастики.
21. Гимнастическая терминология, необходимость ее использования.
22. Требования, предъявляемые к терминам.
23. Способы образования гимнастических терминов.
24. Группы гимнастических терминов.
25. Характеристика общих и конкретных терминов.
26. Основные и дополнительные термины, необходимость их использования.
27. Формы записи гимнастических упражнений.
28. На какие три типа подразделяется графическая запись гимнастических упражнений?
29. Перечислите правила записи общеразвивающих упражнений.
30. Количество счётов, на которые выполняется ОРУ для развития кондиционных способностей?
31. Количество счётов, на которые выполняется ОРУ для развития координационных способностей?
32. Дайте характеристику физическим упражнениям.
33. Что понимается под двигательным умением и навыком?
34. Дайте характеристику техники упражнения.
35. На какие группы делятся упражнения гимнастического многоборья?
36. Дайте характеристику статическим упражнениям.
37. Дайте характеристику гимнастическим упражнениям.
38. Перечислите методы обучения гимнастическим упражнениям.
39. Дайте характеристику специфического метода обучения гимнастическим упражнениям (метода упражнения).
40. Какие методические приёмы могут использоваться при разучивании упражнения расчленённым методом?
41. Какими методическими приёмами пользуются при целостном и расчленённом выполнении упражнений?
42. Перечислите общепедагогические методы обучения гимнастическим упражнениям.
43. Дайте характеристику подводящим и подготовительным упражнениям.
44. Какие правила надо соблюдать при подборе подводящих упражнений?
45. Перечислите этапы обучения гимнастическим упражнениям.
46. Методические приёмы на первом этапе обучения упражнениям.

47. Из чего складывается методика обучения на втором этапе.
48. Методические приёмы третьего этапа обучения.
49. Перечислите при соблюдении, каких принципов дидактики, а также правил их практической реализации идёт успешное обучение гимнастическим упражнениям.
50. Правила реализации принципа сознательности и активности.
51. В чём реализуется принцип наглядности при обучении гимнастическим упражнениям.
52. В чём реализуется принцип доступности при обучении гимнастическим упражнениям.
53. Раскройте сущность принципа систематичности и последовательности обучения.
54. В чём находит своё практическое выражение принцип воспитывающего обучения?
55. Задачи обучения гимнастике в школе.
56. Виды уроков по гимнастике.
57. Требования к уроку гимнастики.
58. Структура и содержание урока по гимнастике.
59. Структура и содержание подготовительной части урока по гимнастике.
60. Структура и содержание основной части урока по гимнастике.
61. Структура и содержание заключительной части урока по гимнастике.
62. Способы дозирование физиологической нагрузки на уроке.
63. От чего зависит плотность урока.
64. Перечислите методы организации деятельности занимающихся на уроке гимнастики.
65. Раскройте сущность фронтального метода организации деятельности занимающихся на уроке.
66. Раскройте сущность группового метода организации деятельности занимающихся на уроке.
67. Раскройте сущность индивидуального метода организации деятельности занимающихся на уроке.
68. Раскройте сущность кругового метода, как эффективную ступень группового метода организации деятельности занимающихся на уроке.
69. Какие основные этапы выделяют в деятельности учителя по физической культуре?
70. Причины травматизма и способы его предупреждения на занятиях по гимнастике.
71. Какие требования предъявляются к месту проведения занятий по гимнастике?
72. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма на занятиях по гимнастике.
73. Перечислите и дайте определения видам страховки.
74. Какие виды помощи бывают?
75. Что нужно знать, уметь и применять при осуществлении страховки.
76. Какую роль в предотвращении травм играет самостраховка?
77. Обучение приёмам страховки и помощи в опорных прыжках.
78. Подвижная игра и методические особенности её проведения.
79. Эстафета и методические особенности её проведения.
80. Полоса препятствий и методические особенности её проведения.

## **10. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

### **10.1. Основная учебная литература:**

1. Куршев, А. В. Оздоровительная гимнастика для студентов вуза, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учебное пособие / А. В. Куршев. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2019. — 212 с. — ISBN

978-5-7882-2626-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/100691.html> (дата обращения: 24.05.2022).

2. Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учебное пособие для СПО / Т. М. Лебедихина. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2021. — 110 с. — ISBN 978-5-4488-1120-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104898.html> (дата обращения: 24.05.2022).

3. Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами, методика их проведения : учебное пособие / О. П. Власова, Ю. В. Коричко, С. А. Давыдова, А. Р. Галеев. — Нижневартовск : Нижневартовский государственный университет, 2019. — 104 с. — ISBN 978-5-00047-522-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92805.html> (дата обращения: 24.05.2022).

4. Теория и методика художественной гимнастики: «равновесия» / Е. Н. Медведева, А. А. Супрун, И. А. Винер-Усманова [и др.]. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 344 с. — ISBN 978-5-907225-61-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110432.html> (дата обращения: 24.05.2022).

5. Теория и методика художественной гимнастики: «волны» : учебное пособие / Р. Н. Терехина, И. А. Винер-Усманова, Е. Н. Медведева [и др.]. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 152 с. — ISBN 978-5-907225-22-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94131.html> (дата обращения: 24.05.2022).

6. Теория и методика художественной гимнастики. Подготовка спортивного резерва : учебное пособие / Р. Н. Терехина, И. А. Винер-Усманова, Е. Н. Медведева [и др.]. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 360 с. — ISBN 978-5-9500181-3-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77243.html> (дата обращения: 24.05.2022).

7. Ионова, Е. А. Гимнастика в процессе трудового дня : учебное пособие / Е. А. Ионова, И. В. Папина, Е. Н. Суркова. — Липецк : Липецкий государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2020. — 53 с. — ISBN 978-5-00175-035-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109722.html> (дата обращения: 24.05.2022).

## 10.2. Дополнительная учебная литература:

1. Борисова, В. В. Гимнастика: школа предметов : учебно-методическое пособие / В. В. Борисова, Л. В. Руднева. — Тула : Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2021. — 220 с. — ISBN 978-5-6047369-4-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119682.html> (дата обращения: 24.05.2022).

2. Деркачева, Н. П. Альтернативные виды оздоровительной гимнастики : учебное пособие / Н. П. Деркачева, С. В. Недомолкина. — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2021. — 52 с. — ISBN 978-5-00032-513-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/119637.html> (дата обращения: 24.05.2022).

3. Мудриевская, Е. В. Гимнастика с элементами йоги : учебное пособие / Е. В. Мудриевская. — Саратов : Вузовское образование, 2021. — 81 с. — ISBN 978-5-4487-

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

0778-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт].  
— URL: <https://www.iprbookshop.ru/107082.html> (дата обращения: 24.05.2022).

### 10.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет:

1. ЭБС iprbooks.ru – электронно-библиотечная система <http://www.iprbookshop.ru>
2. ЭБС Юрайт – электронная библиотека <https://biblio-online.ru>

### 11. Формы и критерии оценивания учебной деятельности студента

Определение уровня достижения планируемых результатов освоения дисциплины (модуля) осуществляется посредством оценки уровня сформированности компетенции и оценки уровня успеваемости обучающегося.

#### Критерии оценивания уровня сформированности компетенций и оценки уровня успеваемости обучающегося

##### Текущий контроль

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины (оценка)	Форма контроля	Выполнение нормативов
		Критерии оценивания	
Высокий	Отлично	Выполнено от 91 до 100 % заданий	
Базовый	Хорошо	Выполнено от 76 до 90 % заданий	
Пороговый	Удовлетворительно	Выполнено от 50 до 75 % заданий	
Компетенции не сформированы	Неудовлетворительно	Выполнено менее 50 % заданий	

##### Промежуточная аттестация

Уровень сформированности компетенции	Уровень освоения дисциплины	Критерии оценивания обучающихся (работ обучающихся)	
		зачет	экзамен
Высокий	отлично (зачтено)	Расширенное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использование новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной	Расширенное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; использование новых ресурсов (технологий, средств) в решении профессиональных задач; увеличение доли собственного участия в профессиональных практических видах деятельности, не предусмотренных образовательной программой; расширение среды профессиональной деятельности, не предусмотренной образовательной программой; наличие навыков системной оценки качества своей профессиональной

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

		деятельности	
Базовый	хорошо (зачтено)	Полное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности	Полное знание и понимание теоретического содержания дисциплины; достаточная сформированность практических умений, продемонстрированная в ходе осуществления профессиональной деятельности как в учебной, так и реальной практик; наличие навыков оценивания собственных достижений, определения проблем и потребностей в конкретной области профессиональной деятельности
Пороговый	удовлетворительно (зачтено)	Понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	Понимание теоретического содержания дисциплины с незначительными пробелами; несформированность некоторых практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, наличие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию
Компетенции не сформированы	неудовлетворительно (не зачтено)	Отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в конкретных ситуациях, отсутствие мотивационной готовности к самообразованию, саморазвитию	Отсутствует понимание теоретического содержания дисциплины, несформированность практических умений при применении знаний в

## 12. Материально-техническая база

Помещение для самостоятельной работы, оборудованное учебной мебелью, компьютерами с подключением к сети Интернет, обеспеченным доступом в ЭИОС вуза, ЭБС Юрайт.

Спортивный зал, оснащённый гимнастическим инвентарем и оборудованием; оборудование и технические средства для организации и проведения учебных занятий и соревнований; оборудование и технические средства для организации и проведения

ОПОП	СМК-РПД-В1.П2-2023
Рабочая программа дисциплины Б1.В.01.02 «Гимнастика с методикой преподавания» по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Физическая культура» на базе СПО	

практических занятий (занятий семинарского типа), текущего контроля и промежуточной аттестации.