

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:  
Директор института психологии,  
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова  
«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ**

Уровень основной профессиональной образовательной программы:  
**бакалавриат**

Направление подготовки: **44.03.05 Педагогическое образование**  
**(с двумя профилями подготовки)**

Направленность (профиль) подготовки: **Дошкольное образование и  
физическая культура**

Форма обучения: очная

Срок освоения ОПОП: нормативный – 5 лет

Институт психологии, педагогики и социальной работы

Кафедра: Теории и методики физического воспитания и спортивных  
дисциплин

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Методика преподавания гимнастики» являются формирование компетенций в области физической культуры и спорта, знакомство обучающихся с основными понятиями обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности и их использование для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

**2.1. Дисциплина «Методика преподавания гимнастики »** относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1 (Б1.В.ДВ.22.1).

**2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины и модули:**

- История физической культуры и спорта
- Психология

**2.3. Перечень последующих учебных дисциплин и модулей, для которых необходимы знания, умения, владение, формируемые данного учебного модуля:**

- Методика обучения в области физической культуры
- Фитнес и его разновидности
- Легкая атлетика
- Производственные практики:
- Педагогическая практика по физическому воспитанию в дошкольных образовательных организациях
- Педагогическая практика по физическому воспитанию в школе
- Преддипломная практика

## 2.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общекультурных (ОК), общепрофессиональных и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов</li> <li>2. основы терминологии по дисциплине</li> <li>3. основы техники изучаемых спортивных дисциплин</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. формулировать конкретные задачи обучения и воспитания</li> <li>2. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины</li> <li>3. средства и методику развития физических качеств</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. способами подбора и применения средств и методов обучения</li> <li>2. организацией планирования, анализа и самооценки своей деятельности.</li> <li>3. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий</li> </ol>
2.	ОПК-2	способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами</li> <li>2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания</li> <li>3. физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения</li> <li>2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре</li> <li>3. оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. организационными приемами работы с занимающимися</li> <li>2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию</li> <li>3. технологией обучения двигательным действиям</li> </ol>
3.	ПК-4	способность использовать возможности образовательной среды для достижения	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. определять причины ошибок и находить пути их устранения</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. методикой обучения физическим упражнениям</li> <li>2. методикой устранения</li> </ol>

	личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов	организации учебно-тренировочного процесса 2. закономерности формирования двигательных навыков	2. обеспечить безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма 3. организовать работу по физической культуре	ошибок возникающих в процессе обучения 3. приемами страховки при выполнении физических упражнений
--	--	---	--	--

## 2.5. Карта компетенций учебной дисциплины

Наименование дисциплины	<b>«Гимнастика»</b>				
Цели	формирование компетенций в области физической культуры и спорта, знакомство обучающихся с основными понятиями обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности и их использование для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях				
<b>В процессе освоения данного модуля студент формирует и демонстрирует следующие</b>					
<b>Общекультурные компетенции</b>					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<b>Знать</b> 1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов 2. основы терминологии по дисциплине основы техники изучаемых спортивных дисциплин <b>Уметь</b> 1. формулировать конкретные задачи обучения и	Практические занятия	Работа на практических занятиях Собеседование Технические нормативы Контрольная работа Тестирование. Зачет Зачет с оценкой	<b>Пороговый:</b> Основные виды организации занятий физической культурой, оздоровительной физической культурой <b>Повышенный:</b> Обозначать свое отношение к результатам своей деятельности, обучения и воспитания обучающихся в процессе занятий

		<p>воспитания</p> <p>2. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины средства и методику развития физических качеств</p> <p><b>Владеть</b></p> <p>1. способами подбора и применения средств и методов обучения</p> <p>2. организацией планирования, анализа и самооценки своей деятельности. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий</p>			физической культурой
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>					
ОПК-2	<p>способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<p><b>Знать</b></p> <p>1. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами</p> <p>2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания</p> <p>физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта</p> <p><b>Уметь</b></p> <p>1. организовывать оздоровительную и</p>	Практические занятия	<p>Работа на практических занятиях</p> <p>Собеседование</p> <p>Технические нормативы</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Тестирование.</p> <p>Зачет</p> <p>Зачет с оценкой</p>	<p><b>Пороговый:</b></p> <p>Основы методики обучения, формы организации занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p> <p><b>Повышенный:</b></p> <p>Основы методики проведения оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся</p>

		<p>физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения</p> <p>2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся</p> <p><b>Владеть</b></p> <p>1. организационными приемами работы с занимающимися</p> <p>2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию технологией обучения двигательным действиям</p>			
<b>Профессиональные компетенции</b>					
ПК-4	<p>способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов</p>	<p><b>Знать</b></p> <p>1. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин основы организации учебно-тренировочного процесса закономерности формирования двигательных навыков</p> <p><b>Уметь</b></p> <p>1. определять причины ошибок и находить пути их устранения</p> <p>2. обеспечить</p>	<p>Практические занятия</p>	<p>Работа на практических занятиях</p> <p>Собеседование</p> <p>Технические нормативы</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Тестирование.</p> <p>Зачет</p> <p>Зачет с оценкой</p>	<p><b>Пороговый:</b></p> <p>Методические особенности организации занятий</p> <p><b>Повышенный:</b></p> <p>Основы организации и проведения занятий на различных ступенях обучения и воспитания</p>

	<p>безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма организовать работу по физической культуре</p> <p><b>Владеть</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. методикой обучения физическим упражнениям</li><li>2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе обучения приемами страховки при выполнении физических упражнений</li></ol>			
--	---	--	--	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 2
		часов
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	<b>54</b>	54
В том числе:	-	
Лекции (Л)	-	
Практические занятия (ПЗ), семинары (С)	<b>54</b>	54
Лабораторные работы (ЛР)	-	
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>54</b>	54
В том числе	-	
<b>СРС в семестре</b>		-
Курсовой проект (работа)	КП	-
	КР	-
<b>Другие виды СРС</b>		-
Подготовка к практическим занятиям	<b>7</b>	7
Выполнение индивидуальных домашних заданий	<b>7</b>	7
Работа со справочным материалом (словарями, энциклопедиями)	<b>4</b>	4
Изучение и конспектирование основной литературы	<b>7</b>	7
Изучение и конспектирование дополнительной литературы	<b>7</b>	7
Выполнение рефератов	<b>4</b>	4
Подготовка к собеседованию	<b>4</b>	4
Подготовка к сдаче технических нормативов	<b>6</b>	6
Подготовка к зачету	<b>4</b>	4
Совершенствование физической подготовки средствами спортивной гимнастики	<b>4</b>	4
<b>СРС в период сессии</b>		-
Вид промежуточной аттестации	зачет (З),	-
	Зачет с оценкой (ЗО)	<b>3</b>
<b>ИТОГО: общая</b>	часов	<b>108</b>
	зач. ед.	<b>3</b>



## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов учебной дисциплины

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
2	1	<b>Спортивная гимнастика как методика всестороннего физического воспитания.</b>	История развития спортивной гимнастики в российской системе физического воспитания. Спортивная гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.
2	2	<b>Основы обучения гимнастическим элементам.</b>	Элементы акробатически; упражнения на гимнастических снарядах: брусья разновысокие, перекладина, конь-махи, кольца, опорный прыжок, бревно, брусья (мужские).
2	3	<b>Изучение и совершенствование основ гимнастических элементов.</b>	Закрепление и совершенствование элементов спортивной гимнастики. Проведение и обучение отдельным элементам из изучаемых комбинаций по спортивной гимнастике.

### 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			ПЗ	СРС	Всего	
2	1	<b>Спортивная гимнастика как методика всестороннего физического воспитания</b>				
2	1.1	История развития спортивной гимнастики в российской системе физического воспитания.	2	2	4	1 неделя Собеседование
2	1.2	Спортивная гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.	2	2	4	Работа на практическом занятии 2 неделя Собеседование
2	2	<b>Основы обучения гимнастическим элементам.</b>				
2	2.1	Элементы акробатически; упражнения на гимнастических снарядах: брусья разновысокие, перекладина, конь-махи, кольца,	40	10	50	8-14 неделя Собеседование Работа на практическом занятии. 12-14 неделя

		опорный прыжок, бревно, брусья (мужские).				выполнение технических нормативов
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>Изучение и совершенствование основ гимнастических элементов.</b>				
2	3.1	Закрепление и совершенствование элементов спортивной гимнастики.	5	20	25	14-15 неделя Работа на практическом занятии.
4	4.2	Проведение и обучение отдельным элементам из изучаемых комбинаций по спортивной гимнастике.	5	20	25	15-17 неделя Работа на практическом занятии. Собеседование, выполнение технических нормативов
		<i>Раздел дисциплины № 1</i>	<b>54</b>	54	<b>108</b>	<b>зачет</b>
		<b>ИТОГО</b>	<b>54</b>	54	<b>108</b>	

2.3. Лабораторный практикум не предусмотрен.

2.4. Курсовые работы не предусмотрены.

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

#### 3.1 Виды СРС

№ се ме стра	№ ра zde ла	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
<b>2</b>	<b>1</b>	<b>Спортивная гимнастика как методика всестороннего физического воспитания</b>	Подготовка к практическим занятиям Выполнение индивидуальных домашних заданий Изучение и конспектирование основной литературы Изучение и конспектирование дополнительной литературы	1 1 1 1
<b>2</b>	<b>2</b>	<b>Основы обучения гимнастическим элементам.</b>	Подготовка к практическим занятиям Выполнение индивидуальных домашних заданий Изучение и конспектирование основной литературы Изучение и конспектирование дополнительной литературы Подготовка к сдаче технических нормативов	2 2 2 2 2
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>Изучение и совершенствование основ гимнастических</b>	Подготовка к практическим занятиям Выполнение индивидуальных домашних заданий Работа со справочным материалом	4 4 4

		<b>элементов.</b>	(словарями, энциклопедиями) Изучение и конспектирование основной литературы	4
			Изучение и конспектирование дополнительной литературы	4
			Выполнение рефератов	4
			Подготовка к собеседованию	4
			Подготовка к сдаче технических нормативов	4
			Подготовка к зачету	4
			Совершенствование физической подготовки средствами спортивной гимнастики	4
			<b>Всего за 2 семестр</b>	<b>54</b>
<b>ИТОГО</b>				<b>54</b>



### **3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

В организации самостоятельного изучения тем (вопросов) дисциплины, выполнении домашних заданий, подготовке к практическим занятиям, выполнению контрольных работ, тестированию обучающимся помогут:

- Учебники и учебно-методические пособия по плаванию библиотеки университета, имеющиеся на кафедре ТМФВ и спортивных дисциплин.
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»
- Периодические издания – журналы: Теория и практика физической культуры; Физическая культура: воспитание, образование, тренировка; Спорт в школе; Физическая культура в ДОУ.

#### **Рекомендации по организации изучения дисциплины**

Методика проведения занятий по прикладной физической культуре с образовательными и воспитательными целями является важной составной частью профессиональной подготовки специалиста по физической культуре. Его значение выходит далеко за рамки тех представлений, с которыми мы обычно подходим к оценке средств физического воспитания. Для того, чтобы знания студентов приобрели необходимую систематичность, рекомендуется начинать выполнение домашних заданий и самостоятельное изучение темы с литературных источников обобщающего характера – учебников, учебных пособий, а затем переходить к специальным статьям, посвященным частным проблемам.

Проведение части занятия, комплекса упражнений может быть эффективным (рациональным) только при наличии учета конкретных условий, физической и технической подготовленности занимающихся. При подготовке к занятиям не следует допускать шаблонные повторения подготовительных и специальных упражнений, механическое использование упражнений описанных в сборниках, без должного учета поставленных образовательных и воспитательных задач, контингента занимающихся.

## **РАЗДЕЛ 1,2,3**

### **ОБРАЗЦЫ ДОМАШНИХ РАБОТ**

#### **По разделу 1**

1. Начертить прямоугольник и указать условные точки в гимнастическом зале: центр, середина, углы.
2. Гимнастические снаряды и оборудование: название снаряда и его частей, размеры, рисунки.
3. Словарь основных терминов.
4. Составить комплекс упражнений гигиенической гимнастики для детей дошкольного возраста.

## По разделу 2

1. Комплекс ОРУ с предметами и без них.
2. Написать реферат по обучению техники акробатических элементов.

## По разделу-3:

1. Правила и формы записи гимнастических упражнений.
2. Правила применения гимнастической терминологии.
3. Словарь гимнастических терминов.

## Технические нормативы

### По разделу-3

1. Составление и проведение комплекса ОРУ.
2. Подготовка и проведение обучения техники элементов акробатики.

## 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. Фонды оценочных средств)

**4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине не используется.**

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
2	Гимнастика: учебник / под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова. - М.: Издательский центр «Академия», 2010. - 448 с. (есть и пред. изд.)	1	2	4	
3	Теория и методика гимнастики: учебник / под ред. М.Л. Журавина. - М.: Издательский центр «Академия», 2012. - 496 с	1	2	1	

## 5.2. Дополнительная литература

№ П/ п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 432 с.	1	2	15+48	
2	Хазов А.А. Обучение технике упражнений на гимнастических снарядах и акробатических прыжков: учебное пособие. - Рязань: РГУ, 2006. - 124 с.	1	2	15	

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. ВООК.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.08.2019).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 15.08.2019).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.08.2019).
4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.08.2019).
5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.08.2019).
6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.08.2019).
7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.08.2019).
9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-onJine.ru> (дата

обращения: 15.08.2019).

10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 15.08.2019).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).

2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/>? свободный (дата обращения: 15.08.2019).

3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).

4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).

5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.08.2019).

7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).

8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 15.08.2019).

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15.08.2019).

10. Журнал «Теория и практика физической культуры» – <http://www.teoriya.ru> (15.08.2019)

11. Журнал «Физическая культура в школе» - <http://www.shkola-press.ru> (15.08.2019)

12. Журнал «Физкультура и спорт» - <http://www.fismag.ru> (15.08.2019)

## **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения**



**занятий:** стандартно оборудованные раздевалки, лекционные аудитории для проведения контрольных работ и письменного тестирования. Компьютерный класс для проведения компьютерного тестирования.

**6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:** видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерных классах установлены средства MS Office: Word, Excel, Power Point и др.

**6.3. Требования к специализированному оборудованию:** гимнастические снаряды, гимнастические палки, скакалки, маты, гимнастические лавочки, шведская стенка, канат

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные формы занятий ФГОС ВО не предусмотрены

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др.
выполнение технических нормативов	Выполнение техники изученных гимнастических элементов и комбинаций.
Тестирование	Работа с конспектом основной и дополнительной литературы, подготовка ответов на вопросы.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на практические занятия и рекомендуемую литературу и др.

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

- возможность консультирования обучающихся посредством электронной почты

## 10. Требования к программному обеспечению учебного процесса:

## **Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)**

Антивирус Kaspersky Endpoint Security (договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.);

Офисное приложение Libre Office (свободно распространяемое ПО);

Архиватор 7-zip (свободно распространяемое ПО);

Браузер изображений Fast Stone ImageViewer (свободно распространяемое ПО);

PDF ридер Foxit Reader (свободно распространяемое ПО);

Медиа проигрыватель VLC media player (свободно распространяемое ПО);

Запись дисков Image Burn (свободно распространяемое ПО);

DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in (свободно распространяемое ПО);

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

***Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине  
для промежуточного контроля успеваемости***

№ п/п	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочных средств
1.	<b>Спортивная гимнастика как методика всестороннего физического воспитания.</b>	ОК-8,	<b>Зачет</b>
2.	<b>Основы обучения гимнастическим элементам.</b>	ПК-4	
3.	<b>Изучение и совершенствование основ гимнастических элементов.</b>	ПК-4	

**ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ОК-8	готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	<b>знать</b>	
		1. историю возникновения и развития изучаемых физкультурно-спортивных видов	ОК8 31
		2 основы терминологии по дисциплине	ОК8 32
		3. основы техники изучаемых спортивных дисциплин	ОК8 33
		<b>уметь</b>	
		3. формулировать конкретные задачи обучения и воспитания	ОК8 У1
		4. планировать свою деятельность по изучению и решению задач дисциплины	ОК8 У2
		3. средства и методику развития физических качеств	ОК8 У3
		<b>Владеть</b>	
		3. способами подбора и применения средств и методов обучения	ОК8 В1
		2. организацией планирования, анализа, самооценки своей деятельности.	ОК8 В2
3. теоретическими и методическими основами организации и проведения занятий	ОК8 В3		
ОПК-2	способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных	<b>знать</b>	
		3. методику оздоровительных и физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами	ОПК2 31
		2. значение и место изучаемых спортивных дисциплин в системе физического воспитания	ОПК2 32
		3. физиологические и психологические основы физической культуры и видов спорта	ОПК2 33

	особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<b>уметь</b>	
		3. организовывать оздоровительную и физкультурно-массовую работу с различными возрастными группами населения	ОПК2 У1
		2. планировать и проводить основные виды занятий по физической культуре	ОПК2 У2
		3. оценивания физическое и функциональное состояние обучающихся	ОПК2 У3
		<b>владеть</b>	
		3. организационными приемами работы с занимающимися	ОПК2 В1
		2. анализом современных технологий организации и проведения занятий по физическому воспитанию	ОПК2 В2
3. технологией обучения двигательным действиям	ОПК2 В3		
ПК-4	способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов	<b>знать</b>	
		2. средства и методы обучения технике изучаемых спортивных дисциплин	ПК4 31
		3. основы организации учебно-тренировочного процесса	ПК4 32
		3. закономерности формирования двигательных навыков в процессе обучения	ПК4 33
		<b>уметь</b>	
		3. определять причины ошибок и находить пути их устранения	ПК4 У1
		2. обеспечить безопасность занимающихся, осуществлять мероприятия по профилактике травматизма	ПК4 У2
		3. организовать работу по физической культуре	ПК4У3
		<b>владеть</b>	
		3. методикой обучения физическим упражнениям	ПК4 В1
2. методикой устранения ошибок возникающих в процессе обучения	ПК4 В2		
3. приемами страховки при выполнении физических упражнений	ПК4 В3		

### КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (зачет)

№ п/п	Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1.	История развития спортивной гимнастики в российской системе физического воспитания.	ОК-8 31, 33
2.	Спортивная гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.	ОК-8 31, 33
3.	Выполнение гимнастической комбинации на брусьях разной высоты.	ОПК-2 В2, В3
4.	Выполнение гимнастической комбинации на бревне.	ОК-8 33, ОК6 33

5.	Выполнение гимнастической комбинации на акробатической дорожке.	ПК-4 В1, В3
6.	Выполнение гимнастической комбинации на кольцах.	ОПК-2 В3, ПК-4 В2
7.	Выполнение гимнастической комбинации на брусьях (мужские).	ОК-8 У2, ОПК-2 В2
8.	Выполнение гимнастической комбинации на перекладине.	ОПК-2 В2, ПК-4 У1
9.	Выполнение прыжка через козла и коня.	ОПК-2 В2, ПК-4 У1
10.	Выполнение гимнастической комбинации на конь-махи.	ПК4- В1
11.	Основы техники гимнастических упражнений	ОК8 33, В1; ОПК2 В3, ПК4 33
12.	Основы обучения гимнастическим упражнениям	ОК8 В1, В2; ОПК2 В3, ПК4 В1, В2
13.	Методические особенности гимнастики	ОК8 31, ОПК2 32, ПК4 32
14.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	ОПК2 В1, ПК4 У2, В3
15.	Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии	ОК8 32, ОК8 У2, ПК4 32
16.	Формы записи гимнастических упражнений и правила	ОК8 32, ОК8 У2, ПК4 32
17.	Общеразвивающие упражнения (выполнение комплекса ОРУ	
18.	Основы техники гимнастических упражнений	ОК8 33, В1; ОПК2 В3, ПК4 33
19.	Основы обучения гимнастическим упражнениям	ОК8 В1, В2; ОПК2 В3, ПК4 В1, В2
20.	Развитие гимнастической терминологии. Правила записи ОРУ и вольных упражнений.	ОК8 32, ПК-4 31, ПК-4 В3
21.	Средства гимнастики	ОК8 У3, ОК8 В1, В3; ОПК2 31, ПК4 31
22.	Виды гимнастики	ОК8 31, ОПК2 32, ПК4 32
23.	Выполнение домашней работы (написание основных строевых понятий, висов, упоров, гимнастической терминологии и т.д)	ПК-4 В3
24.	Занятия гимнастикой в общеобразовательной школе, ДОУ	ОК8 У1,В3; ОПК2 31, У3, В2, ПК4 У1
25.	Планирование и учет работы по гимнастике в школе, ДОУ	ОК8 В2, ОПК2 В1, В2, ПК4 У3

## ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

(Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете во 2 семестре оцениваются по шкале «зачтено» - «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине «Прикладная физическая культура» (Таблица 2.5. Карта компетенций рабочей программы дисциплины).

**«Зачтено»** – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

**«Зачтено»** - оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

**«Зачтено»** - оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

**«Не зачтено»** - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.

Приложение 1

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ  
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

***Вопросы для собеседования по дисциплине Методика преподавания  
гимнастики.***

**Раздел 1. История развития спортивной гимнастики в российской системе физического воспитания.**

1. Характеристика и задачи гимнастики.
2. Методические особенности гимнастики.
3. Классификация всех групп гимнастических упражнений.

4. Виды гимнастики.
5. Средства гимнастики.
6. Гимнастические залы их оборудование и инвентарь.

### **Раздел 2. Основы обучения гимнастическим элементам.**

1. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.
2. Правила записи гимнастических упражнений на снарядах.
3. Последовательность обучения в гимнастических упражнениях.

### **Раздел 3. Изучение и совершенствование основ гимнастических элементов.**

1. Характеристика и классификация висов.
2. Характеристика и классификация упоров.
3. Правила записи упражнений на снарядах.
4. Правила записи упражнений акробатики.
5. Методы, приемы и условия успешного обучения гимнастическим упражнениям

Критерии оценки:

Оценка	Критерии
отлично	Выставляется обучающемуся, если он определяет рассматриваемые понятия раздела или темы учебной дисциплины четко и полно, приводя соответствующие примеры.
хорошо	Выставляется обучающемуся, если он допускает отдельные погрешности в ответе, но в целом демонстрирует знание и владение содержанием раздела (темы) учебной дисциплины
удовлетворительно	Выставляется обучающемуся, если он обнаруживает пробелы в знаниях материала раздела или темы учебной дисциплины.
неудовлетворительно	Выставляется обучающемуся, если он обнаруживает существенные пробелы в знаниях основных положений раздела или темы учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи

## **ФОНД ОЦЕНОЧЕЫХ СРЕДСТВ ПРАКТИЧЕСКИХ (ТЕХНИЧЕСКИХ) НОРМАТИВОВ.**

### **Раздел 2. Основы обучения гимнастическим элементам.**

1. Выполнение гимнастической комбинации на брусьях разной высоты.
2. Выполнение гимнастической комбинации на бревне.
3. Выполнение гимнастической комбинации на акробатической дорожке.
4. Выполнение гимнастической комбинации на кольцах.

5. Выполнение гимнастической комбинации на брусьях (мужские).
6. Выполнение гимнастической комбинации на перекладине.
7. Выполнение прыжка через козла и коня.
8. Выполнение гимнастической комбинации на конь-махи.

### **Раздел 3. Изучение и совершенствование основ гимнастических элементов.**

1. Проведение обучения техники гимнастических упражнений на снарядах.
2. Характеристика и классификация упоров.
3. Правила записи упражнений на снарядах.
4. Правила записи упражнений акробатики.
5. Методы, приемы и условия успешного обучения гимнастическим упражнениям
- 6.

Критерии оценки:

Оценка	Критерии
отлично	Выставляется обучающемуся, за правильное безошибочное выполнение, данного практического норматива.
хорошо	Выставляется обучающемуся, если он допускает мелкие погрешности при сдаче данного практического норматива, но в целом демонстрирует его овладение содержанием раздела (темы) учебной дисциплины
удовлетворительно	Выставляется обучающемуся, если у него обнаруживает грубые ошибки при сдаче практического норматива раздела учебной дисциплины.
неудовлетворительно	Выставляется обучающемуся, если он не готов к выполнению практического норматива из раздела учебной дисциплины.