

Министерство просвещения Российской Федерации  
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) федерального  
ФИО: Жуйков Александр Владимирович  
Должность: Директор  
Дата подписания: 20.05.2024 13:51:48  
Уникальный программный ключ:  
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Рабочая программа учебной дисциплины  
**МДК. 03. 02 Гимнастика с методикой преподавания**

Программа подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил  
2024

Программа пересмотрена и утверждена на заседании кафедры и физической культуры и спорта «26» января 2024 г., протокол № 5

Зав. кафедрой

Т.Н. Дейкова

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ НТГСПИ(ф)РГППУ. Протокол от «26» января 2024 г., протокол № 5

Декан ФСБЖ

А.В. Неймышев

Составитель:  
преподаватель кафедры ФКС

А. Е. Соболева

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Гимнастика с методикой преподавания»

Программа учебной дисциплины МДК.03.02 «Гимнастика с методикой преподавания» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 11 ноября 2022 г. N 968.

### 1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура.

### 1.2. Место дисциплины в структуре ПССЗ

Учебная дисциплина МДК.03.02 «Гимнастика с методикой преподавания» входит в блок «Профессиональную подготовку» профессионального цикла программы подготовки специалиста среднего звена по специальности. Учебным планом по специальности 49.02.01 Физическая культура предусмотрено изучение дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания» на 2 курсе (3 и 4 семестры)

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» представляет базовый этап в общей системе поэтапной подготовки студентов и по цели, содержанию и методам обучения тесно связана с другими учебными дисциплинами профессиональной подготовки «Гигиенические основы физической культуры и спорта», «Анатомия и физиология человека».

Самостоятельное обучение является интегрированной составляющей образовательного процесса и непосредственно связано с развитием самостоятельности учащегося, повышением его познавательной и творческой активности, образовательной автономии и увеличением личной ответственности за результативность обучения.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» ориентирована на изучение базовых понятий анатомии человека, осмысление и интерпретацию влияния физической культуры и спорта на формирование тела человека. Знания по этой дисциплине во многом помогут правильно организовать занятия по физической культуре при работе с разными возрастными-половыми группами и отслеживать динамику изменений конституциональных особенностей организма связанных с влиянием физических нагрузок.

Целью изучения содержания дисциплины является *освоение* технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики гимнастики с методикой преподавания .

Задачи данного курса:

- сформировать комплекс знаний и умений у учащихся в гимнастике;
- развить у обучающихся комплекс двигательных навыков и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту;
- сформировать навыки организации и судейства соревнований по гимнастике;
- воспитать ценностное отношение к здоровью и активному образу жизни.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

*уметь:*

- планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по гимнастике;
- использовать терминологию физической культуры и спорта;
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям изученных в гимнастике;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий гимнастикой.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен

**знать:**

- историю и этапы развития гимнастики;
- терминологию гимнастики;
- технику профессионально значимых двигательных действий в гимнастике;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по гимнастике в школе;
- методику обучения двигательным действиям в гимнастике;
- особенности и методику развития физических качеств в гимнастике;
- основы судейства в гимнастике;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий по гимнастике;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

В результате освоения содержания учебной дисциплины обучающийся должен

**уметь:**

- планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по гимнастике;
- использовать терминологию физической культуры и спорта
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям в гимнастике;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий по гимнастике.

#### **1.4. Количество часов на освоение учебной дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»**

максимальной учебной нагрузки – 120 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки - 118 часов;

ПАТТ – 2 часов.

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности в части освоения профессиональных компетенций (ПК):

Код	Наименование результата обучения
ПК. 3.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.
ПК 3.2.	Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта и спорта.

ПК 3.3.	Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету "Физическая культура"
---------	--

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы «Гимнастика с методикой преподавания»

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем, ч</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	120
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	118
в том числе:	
Лекции	20
Практические занятия	98
пАтТ	2
Форма отчетности	<i>дифференцированный зачет в 3,4, семестрах</i>

**3.1.1 Тематический план и содержание учебной дисциплины МДК. 02. 01. «Гимнастика с методикой оздоровительной тренировки»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	
<b>Раздел 1.</b>	<b>Научно-теоретические основы гимнастики</b>		
<p><b>Тема 1.1</b> <b>Гимнастика, как часть системы физического воспитания</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Гимнастика, как часть системы физического воспитания и базовый вид физкультурно-спортивной деятельности. Комплексное решение задач физического воспитания: образовательных, оздоровительных и воспитательных на занятиях гимнастикой. Характеристика гимнастики как одного из основных средств, методов и форм занятий, направленных на решение задач укрепления здоровья, гармоничного развития функций организма человека, развития двигательных способностей, формирования двигательных умений и навыков, психических качеств. Методические особенности гимнастики. История гимнастики. Научно-исследовательская и научно-методическая работа по гимнастике.</p>	2	1
<p><b>Тема 1.2</b> <b>Виды гимнастики</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Гимнастика как система видов и разновидностей по функциональной направленности: оздоровительной (образовательно-развивающей), прикладной и спортивной. Оздоровительные виды гимнастики: основная (базовая), гигиеническая, атлетическая, ритмическая, аэробика, степ-аэробика, восточные виды, авторские системы. Виды прикладной гимнастики: профессионально-прикладная, производственная, спортивно-прикладная, военно-прикладная, лечебная, авторские системы В. Дикуля, К. Бутейко, А. Стрельниковой и др. Спортивные виды гимнастики: мужская и женская спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатика, акробатический рок-н-ролл, прыжки на батуте, групповая гимнастика. Проблемы и перспективы развития гимнастики как самостоятельной системы физического воспитания.</p>	2	2
<p><b>Тема 1.3</b> <b>Гимнастическая терминология</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии; ее значение и краткая история развития. Обзор развития гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их</p>	2	2



	<p>применения. Правила сокращенного описания упражнений. Формы записи упражнений: обобщенная, конкретная, сокращенная, графическая.</p> <p>Терминология записи общеразвивающих упражнений: для наименования положений и движений руками (основные, промежуточные направления, согнутыми руками, круговые и дугообразные движения); ногами (основные согнутыми ногами, стойки на прямых и согнутых ногах, переходы их стоек и вращений в исходное положение); головой и туловищем (наклоны, повороты, круговые движения, упоры, седы, равновесия).</p> <p>Правила записи общеразвивающих упражнений.</p> <p>Терминология и правила записи акробатических упражнений.</p> <p>Терминология и правила записи вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.</p> <p>Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.</p>		
	<p><b>Практические занятия</b></p> <p>Строевые упражнения – определение понятия;</p> <p>Строевые упражнения, современная классификация;</p> <p>Дать определение основным понятиям строевых упражнений: шеренга, колонна, дистанция, интервал, фронт.</p> <p>Перечислить основные команды при построениях и перестроениях.</p> <p>Перечислить основные команды при передвижениях.</p> <p>Описать технику перехода с движения на месте к передвижению.</p> <p>Дать определение смыканию и размыканию.</p> <p>Какая команда подается для одностороннего размыкания группы.</p>	16	2
	<p><b>Практические занятия:</b></p> <p>Обучение правилам записи ОРУ;</p> <p>вольных упражнений;</p> <p>упражнений на гимнастических снарядах;</p> <p>акробатических упражнений</p>	16	3
<b>Раздел 2</b>	<b>Основы техники гимнастических упражнений</b>		

<p><b>Тема 2.1</b> <b>Техника</b> <b>гимнастических</b> <b>упражнений</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Проявление всех форм движения материи в произвольных движениях человека. Специфические особенности работы двигательного аппарата, анализаторных систем, систем энергообеспечения, психических и личностных свойств гимнаста при овладении гимнастическими упражнениями. Особенности проявления законов механики, анатомии, физиологии, психологии в овладении гимнастическими упражнениями. Биомеханика и причины ее возникновения. <i>Статические упражнения.</i> Устойчивое, неустойчивое равновесие. Плечо и момент силы тяжести. <i>Динамические упражнения.</i> Инерция и момент инерции. Вращательные движения в условиях опорного и безопорного положения тела. <i>Отталкивание, приземление.</i> Силовые и маховые движения. Динамическое равновесие. Последовательность анализа техники гимнастических упражнений. Анализ техники наиболее сложных упражнений программы, особенности проявления законов биомеханики, анатомии, физиологии, психологии при овладении ими; обоснование методики обучения. <i>Строевые упражнения.</i> Основные понятия, управление строем, правила подачи команд, форма рапорта, строевые приемы, расчет строя, повороты на месте и в движении. Перестроения, ходьба, передвижения, фигурная маршировка. Размыкания, бег, быстро чередуемые прыжки. Упражнения на внимание, игры и эстафеты. <i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ).</i> Без предметов и с предметами, индивидуальные, парные, вдвоем и в сопротивлении, групповые, на гимнастической стенке и у стенки, на гимнастической скамейке и со скамейкой, с гантелями, с набивными мячами, с гимнастическими палками, с резиновыми мячами, скакалкой и обручем, с элементами ритмической гимнастики с элементами хореографии и художественной гимнастики. Методика проведения ОРУ. Составление студентами комплексов ОРУ. Учебная практика в проведении ОРУ. <i>Прикладные упражнения.</i> Переползание, переноска партнера и груза. Лазание по гимнастической стенке, скамейке, лестнице и канату. Способы остановок на канате — завязывание. Равновесие, метание,</p>	4	2
---	---	---	---

	<p>простые прыжки.  <i>Акробатические упражнения.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Группировки, перекуты, кувирки, перевороты, равновесие, стойки, мосты, перемахи, поддержки, седь, шпагаты, элементы спортивной акробатики. Соединения из акробатических элементов.  <i>Опорные прыжки.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Прямые и боковые через коня с ручками, козла и коня, установленные продольно и поперек. Изучение экзаменационного упражнения.  <i>Вольные упражнения.</i>  Вольные упражнения на 16-32 счетов (учебная комбинация) с включением различных движений руками, ногами, туловищем, головой и простейших акробатических элементов. Учебная комбинация на 16-32 счетов с включением движений, различных по ритму, характеру и направленности, акробатических элементов, прыжков, танцевальных движений. Составление студентами вольных упражнений на 32 счета из ранее пройденных элементов с предметами и без. Методика изучения вольных упражнений. Изучение экзаменационных вольных упражнений.  Упражнения на снарядах:  <i>Упражнения на коне - махи.</i>  Перемахи и круги в смешанных упорах. Взмахи ногами, перемахи, круги, скрещения, соскоки. Составление студентами комбинации из ранее пройденных элементов. Учебная комбинация из пройденных элементов. Изучение экзаменационных упражнений. Техника выполнения и методика обучения.  <i>Упражнения на кольцах.</i>  Техника выполнения и методика обучения. Висы и упоры смешанные и простые. Размахивание, выкруты, опускания и спады, подъемы, обороты и соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов. Изучение экзаменационного упражнения.  <i>Упражнения на брусках.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Смешанные и простые висы и упоры. Виды упоров. Размахивание, круги и повороты. Подъемы, кувирки, стойки, опускания, перемахи, соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов. Изучение экзаменационного</p>		
--	--	--	--

	<p>упражнения.  <i>Упражнения на перекладине.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Перекладина (низкая) — смешанные и простые висы и упоры. Перемахи, повороты, обороты, спады, подъемы, соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов.  Перекладина (высокая) — висы (хват), размахивания, обороты, подъемы, движения махом, соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов. Изучение экзаменационного упражнения.  <i>Упражнения на брусьях разной высоты.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Смешанные висы и упоры, седы и перемахи, повороты подъемы, обороты, спады, опускания, равновесия, соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов. Изучение экзаменационного упражнения.  <i>Упражнения на бревне.</i>  Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. «Вскоки», статические положения, передвижения, повороты, прыжки, кувырки, соскоки. Учебная комбинация из пройденных элементов. Составление студентами комбинаций из ранее изученных элементов. Изучение экзаменационного упражнения.</p>		
	<p><b>Практические занятия</b>  Основы обучения гимнастическим упражнениям:  Составление плана-конспекта по обучения двигательным действиям; Разучивание и закрепление гимнастических упражнений; Упражнения для формирования и коррекции навыка удержания уравновешенного (вертикального) положения головы. Упражнения для укрепления мышц шеи. Упражнения для укрепления «коррекции мышц туловища. Специальные упражнения для формирования умений регулировать степень напряжения и расслабления мышц рук, ног, туловища. Физические упражнения для формирования и укрепления сводов стопы. Комплекс упражнений для стимуляции навыка правильной осанки у школьников различного возраста.  Обучения выполнения упражнений и гимнастических комбинаций на гимнастических снарядах.</p>	20	3
Раздел 3.	<b>Организация и содержание занятий гимнастикой в школе</b>		

<p><b>Тема 3.1</b> <b>Занятия гимнастикой в школе</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>  Место задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию.  Урок гимнастики, его разновидности по педагогическим задачам и структуре. Требования к уроку.  Задачи, средства и требования к проведению отдельных частей урока.  Плотность урока. Методы и приемы регулирования функциональной и психической нагрузки занимающихся.  План-конспект урока.  Особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.  Организация урока.  Оценка и учет успеваемости учащихся.  Организация, содержание и методика проведения гимнастики в режиме учебного дня: гимнастика до занятий, физкультминутка, подвижная перемена и др.  Особенности организации, содержание и методика проведения внеклассной работы по гимнастике.  Самостоятельные формы занятий гимнастикой (зарядка, выполнение домашних заданий, индивидуальные тренировки), их организация, содержание и методика проведения.  Взаимосвязь различных форм занятий гимнастикой.  Места занятий (залы, помещения) и их оборудование. Гимнастические снаряды массового типа (нестандартное оборудование).  Практический разбор материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 класс общеобразовательной школы. Техника выполнения, методика обучения упражнениям, страховка и помощь. Особенно работы по гимнастике в различных классах общеобразовательной школы. Просмотр урока физической культуры в общеобразовательной школе на основе гимнастического материала (с комментариями преподавателя вуза по ходу урока) с дальнейшим обсуждение тем.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>
	<p><b>Практические занятия:</b>  Обучение составлению конспекта «Особенности организации, содержание и методика проведения внеклассной работы по гимнастике».  Обучение проведения самостоятельных форм занятий гимнастикой (зарядка, выполнение домашних заданий, индивидуальные тренировки), их организация, содержание и методика проведения.</p>	<p>16</p>	<p>3</p>

<p><b>Тема 3.2</b> <b>Требования к гимнастическому у оборудованию и инвентарю</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Размещение установка и проверка гимнастических снарядов, качество оборудования и инвентаря. Требования, предъявляемые к местам размещения снарядов. Требования, предъявляемые к техническому состоянию и установке различных снарядов: перекладины, параллельных брусьев, брусьев разной высоты, колец, прыжковых снарядов. Требования, предъявляемые к мостам для прыжков, гимнастическим матам.</p>	2	2
	<p><b>Практические занятия</b> Проверка гимнастического инвентаря перед занятием.</p>	14	3
<p><b>Организация и проведение соревнований по гимнастике</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Предварительный этап подготовки к соревнованиям. Работа секретариата во время соревнований. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике. Положение о соревнованиях. Заявки. Значение правил соревнований. Характер соревнований. Программа соревнований. Порядок выступления в квалификационных, командных и личных соревнованиях. Участники и победители финальных соревнований по многоборью и в отдельных видах. Права и обязанности участников соревнований, представителей команд и тренеров. Состав судейской коллегии. Главная судейская коллегия. Апелляционное жюри. Просмотровая комиссия. Права и обязанности судей. Комендант соревнований и обслуживающий персонал. Порядок проведения соревнований. Оценка упражнений. Классификация ошибок и шкала сбавок. Общие требования к соревнованиям мужчин и женщин. Особенности судейства обязательных и произвольных упражнений у мужчин и женщин. Классификация трудности гимнастических элементов и соединений, определение трудности композиции. Методика и техника судейства. Работа секретариата соревнований. Особенности работы секретариата на финальных соревнованиях. Работа секретариата на заключительном этапе соревнования. Отчетная документация. Информация в процессе соревнований. Содержание классификационных программ по спортивной гимнастике. Особенности проведения массовых соревнований по гимнастике. Поочередное выполнение студентами роли судей и старших судей при судействе отдельных видов гимнастического многоборья. Порядок заполнения протоколов, выведение окончательной оценки при различном количестве судей. Методика судейства. Практическая оценка выполнения упражнений гимнастического многоборья отдельными студентами по назначению преподавателя. Разбор правильности выведения оценки.</p>	4	2

	Практическое судейство выполнения упражнений гимнастического многоборья.		
	<b>Практические занятия:</b> Составление положения о проведении соревнований, составление заявок и протоколов соревнований.	<i>16</i>	<i>3</i>
<b>Всего</b>		<i>118</i>	

## 4.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины осуществляется

– в оборудованном гимнастическом зале с комплектом гимнастических снарядов для проведения практических занятий;

– с использованием инвентаря: набивные мячи, скакалки, обручи, гантели, гимнастические палки; поролоновые маты; батут; тренажерные устройства, магnezия; нетрадиционное оборудование;

Размещение, установка и проверка гимнастических снарядов, качество оборудования и инвентаря.

Требования, предъявляемые к местам размещения снарядов.

Требования, предъявляемые к техническому состоянию и установке различных снарядов: перекладины, параллельных брусьев, брусьев разной высоты, колец, прыжковых снарядов.

Требования, предъявляемые к мостам для прыжков, гимнастическим матам.

### Информационное обеспечение обучения

#### *Основная литература*

1. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учебное пособие/под общ. Ред. Л. А. Карпенко, О. Г. Румба. – М.: Советский спорт, 2014

#### *Дополнительная литература*

1. Кайнова, Э. Б. Общая педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие / Э. Б. Кайнова. – М. : ИД «ФОРУМ» : ИНФРА-М, 2007. – 208 с. – (Профессиональное образование)

2. Гимнастическое многоборье / Под ред. Ю.К. Гавердовского. – М.: ФИС, 1987

3. Гимнастика и методика ее преподавания / Под ред. Н.К. Меньшикова. – СПб., Изд РГПУ им. А.М. Герцена, 1998.

4. Губерт К.Д. Гимнастика и массаж в раннем возрасте/К.Д. Губерт, М.Г. Рысс. – 1981

5. Музыка для утренней гимнастики в детском саду: музыкальное произведение, вокально-инструментальное/ сост. Н. А. Метлов. – Москва

6. Кузнецов В. С. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе/ В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва: ВЛАДОС, 2002. – 174, ил.. – (Библиотека учителя физической культуры).

7. Физическая культура в начальных классах/ И. М. Бутин, И. А. Бутина, Т. Н. Леонтьева, С. М. Масленников. – Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 175 с.

8. Кожухова Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: [учеб. Пособие для фак. Дошк. Образования пед. Вузов]/ Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; под ред. С. А. Козловой. – Москва: Академия, 2002.

9. Фирилева Ж.Е. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методич. Пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений/ Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. – Санкт-Петербург: Детство-пресс, 2000

10. Матвеев А.П.. Методика физического воспитания в начальной школе: учеб. Пособие для сред. Проф. Образования по спец. 0307 «Физ. Культура»/ А. П. Матвеев. – Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003

11. Бергер Г.И. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-6 кл.: пособие для учителя/ Г. И. Бергер, Ю. Г. Бергер. – Москва: ВЛАДОС, 2004



12. Копылов Ю. А. Физкультурно-оздоровительное занятие в общеобразовательной школе [Текст] : 5-11-й кл. – Москва : Чистые пруды, 2005. – 30 с.

### 5.1. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ФГБОУ ВО РГППУ, реализующий подготовку по учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых студентами знаний, умений и навыков.

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения лекционных и практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов.

Раздел учебной дисциплины	Результаты (освоенные умения, знания)	Основные показатели результатов	Формы и методы контроля
<b>1 раздел.</b> Научно-теоретические основы гимнастики	Знание студентами: - истории развития видов гимнастики; - терминологии изучаемых гимнастических упражнений; - техники гимнастических элементов; - содержания, форм организации и методик проведения занятий по гимнастике; - особенности и методики развития физических качеств при занятии гимнастикой; - основ судейства по гимнастике; - разновидности гимнастических сооружений, оборудования и инвентаря для занятий гимнастикой; - техники безопасности при занятиях гимнастикой.	Студент знает: - историю развития гимнастики; - гимнастическую терминологию; - о технике гимнастических упражнений; - о методике проведения занятий по гимнастике; - основы судейства при проведении соревнований по гимнастике.	Тест
<b>2 раздел.</b> Основы техники гимнастических упражнений	Студент умеет: - определять причины ошибок в процессе обучения спортивным и прикладным способам гимнастики и развития двигательных качеств, находить пути их устранения; - обучать гимнастическим упражнениям; - осуществлять мероприятия по профилактике травматизма и оказывать	Студент умеет: - грамотно (без ошибок) выполнить освоенные гимнастические упражнения; - умеет составлять комплекс общеразвивающих упражнений, используя гимнастическую терминологию;	Контрольное занятие

	<p>первую медицинскую помощь травмированному или пострадавшему.</p> <p>-выполнять профессионально-значимые двигательные действия по изученным видам гимнастики;</p> <p>-использовать гимнастическую терминологию в различных видах физкультурно-оздоровительной деятельности;</p>		
<p><b>3 раздел.</b> Организация и содержание занятий гимнастикой в школе</p>	<p>-применять приемы страховки и само страховки при выполнении разучиваемых гимнастических упражнений;</p> <p>-подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;</p> <p>-использовать оборудование и инвентарь для занятия гимнастикой, в соответствии с его назначением и особенностям эксплуатации.</p>	<p>-умеет составлять комплекс общеразвивающих упражнений, используя гимнастическую терминологию;</p> <p>-умеет использовать оборудование и инвентарь в соответствии с его назначением и особенностям эксплуатации;</p> <p>-умеет применять приемы страховки и само страховки при выполнении разучиваемых гимнастических упражнений;</p>	<p>Контрольное занятие по гимнастике</p>

