

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ГИМНАСТИКА**

Направление подготовки:

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы:

Физическая культура

квалификация (степень): Бакалавр

заочное обучение

Красноярск 2018

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» составлена Н.В. Люлиной, И.В.Ветровой.

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин

протокол № 10 от «11» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой теории и методики спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина  
Протокол № 4 от «17» мая 2017 г.

Председатель Научно-методического совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» актуализирована доцентами Люлиной Н.В., Ветровой И.В.

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин  
протокол № 9 от «26» апреля 2018 г.

Заведующий кафедрой теории и методики  
спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина  
Протокол № 4 от «10» мая 2018 г.

Председатель Научно-методического  
совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» актуализирована доцентами Люлиной Н.В., Ветровой И.В.

Учебная программа обсуждена на заседании кафедры теории и методики спортивных дисциплин  
протокол № 9 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой теории и методики  
спортивных дисциплин



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина  
Протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель Научно-методического  
совета ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина



Бордуков М.И.

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика» актуализирована доцентами Люлиной Н.В., Ветровой И.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 8 от "4" мая 2020 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

"20" мая 2020 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика»

актуализирована доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В.Ветровой, доцентом Ю.В.Шевчук

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 9 от "12" мая 2021 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

"21" мая 2021 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2020/21 учебный год  
В программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство просвещения» в соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации от 6 апреля 2020 года № 907-р.

2. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлена «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта  
протокол № 8 от «04» мая 2020 г.

Заведующий кафедрой

  
М.Г. Янова

Одобрено НМСС(Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина  
Протокол № 8 от «20» мая 2020 г.

Председатель НМСС

  
М.И. Бордуков

## **Пояснительная записка**

### **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика» для подготовки обучающихся по направлению подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование, Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (уровень бакалавриата), утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 21.11.2014г. № 1505 (зарегистрировано в Минюсте России 19.12.2014г. № 35263), профессиональным стандартом «Педагог», утверждённого приказом Министерства труда и социальной защиты РФ № 544н (зарегистрировано в Минюсте России 6.12.2013г. № 30550).

Дисциплина «Гимнастика» входит в модуль «Теория и методика обучения базовым видам спорта» и изучается в 5,6 семестрах - на третьем курсе; в 7 – 8 семестрах на четвертом курсе; в 9 семестре на пятом курсе. Код модуля в учебном плане – Б1.В.04. Код дисциплины в учебном плане – Б1.Б.04.02.

### **Общая характеристика (аннотация) модуля**

#### **Цель модуля:**

Формирование системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области преподавания базовых видов спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

#### **Задачи освоения модуля:**

- Формирование теоретических знаний и практического опыта, необходимого в проведении гимнастики и подвижных игр;
- Развитие способностей к действиям, необходимым в повседневной практической деятельности, а также в других видах спорта;
- Совершенствование двигательные качества и содействовать повышению возможностей функциональных систем организма, влияющих на выполнение двигательной деятельности;
- Формирование умения экономно и целесообразно выполнять двигательные действия;
- Развитие способностей анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы по проведению базовых видов спорта.

Вид(ы) профессиональной деятельности (согласно ФГОС ВО): Педагогический вид деятельности

#### **Трудоёмкость дисциплины**

На дисциплину выделяется 288 часов (8 з.е.), в том числе 36 часов на аудиторные занятия, 235 часа на самостоятельную работу, 17 часа на контроль, форма контроля – зачет (с оценкой), экзамен.

**Цель освоения дисциплины:** формирование у студентов-бакалавров системы знаний о системе образования в целом; системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области преподавания гимнастики и реализация их в своей профессиональной деятельности.

## Планируемые результаты обучения

<p style="text-align: center;">Задачи освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»</p>	<p style="text-align: center;">Планируемые результаты обучения по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»</p>	<p style="text-align: center;">Код результата обучения (компетенция)</p>
<p>Задача 1. Способность к самоорганизации и самообразованию</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. основы практической самоорганизации рабочего времени педагога;</li> <li>2. теоретические основы физического воспитания и спорта,</li> <li>3. систему физического воспитания в Российской Федерации, направленное формирование личности в процессе физического воспитания,</li> <li>4. средства и методы физического воспитания, общеметодические и специфические принципы физического воспитания,</li> </ol> <p><b>Уметь:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. осваивать методы самообразования, приемы сбора, анализа, систематизации и обобщения информации, использования знаний в практической деятельности;</li> <li>2. применять на практике знания в области физической культуры;</li> <li>3. разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>4. проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим в процессе занятий;</li> <li>5. реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием временных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида</li> </ol> <p><b>Владеть:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. традиционными и современными технологиями профессиональной деятельности</li> <li>2. актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека;</li> <li>3. методами и средствами сбора - основными элементами теоретической и практической готовности учителя к педагогической деятельности.</li> </ol>	<p style="text-align: center;">ОК 6</p>

<p>Задача 2. - Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность</p>	<p><b>Знать:</b>  1. основы теории и методики обучения двигательным действиям, теоретико-практические основы развития физических качеств  2. основы теории и методики обучения двигательным действиям, теоретико-практические основы развития физических качеств  <b>Уметь:</b>  1. применять на практике знания в области физической культуры;  2. реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида    <b>Владеть:</b>  1. основами формирования двигательных действий и развития физических качеств;  2. знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя специальную литературу  3. Владеет необходимыми тестами для определения уровня физической и функциональной подготовленности  4. Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>ОК-8</p>
---	--	-------------

### **Контроль результатов освоения дисциплины**

Текущий контроль успеваемости осуществляется путём оценки результатов выполнения заданий, практических, самостоятельных работ, посещения занятий.

Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация) осуществляется в форме зачёта, на котором оценивается творческая работа, выполняемая в течение семестра и экзамена на котором оцениваются ответы на вопросы дисциплины.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

#### **Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:**

- современное традиционное обучение (лекционно – семинарская - зачётная система);
- интерактивные технологии (дискуссия);
- технология проектного обучения (кейс-метод);
- проблемное обучение.

## Технологическая карта обучения дисциплине

**«Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»** для студентов ООП

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
 Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура  
 по заочной форме обучения  
 (общая трудоёмкость 8 з.е.)

Модули. Наименование разделов и тем	Всего час. (з.е.)	Всего часов	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов. Самостоят. работа	Формы и методы контроля
			лекций	семина ров	Лаб/пр	Часы контро ля		
	8	288	4		36	17	235	
<b>Раздел 1. (5 семестр) Гимнастика как спортивно - педагогическая дисциплина</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	-	-	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>зачет</b>
<b>Тема 1.</b> Исторический обзор развития гимнастики			2				4	Конспектирование, устный опрос
<b>Тема 2.</b> Гимнастическая терминология			2				4	Устный опрос
<b>Тема 3.</b> Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой							6	Конспект
<b>Тема 4.</b> Разработка и проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами					2		6	Выполнение упражнений в отдельности и комплекса в целом
<b>Тема 5.</b> Учебная комбинация из акробатических элементов					2			Выполнение элементов и комбинации в целом
<b>Тема 6.</b> Сдача нормативов по ОФП					2		6	Тестирование
<b>Раздел 2. (6 семестр) Основы техники выполнения элементов на гимнастических снарядах и методика проведения подготовительной части урока</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	-	-	<b>6</b>		<b>30</b>	
<b>Тема 7.</b> Методика обучения элементов на гимнастических снарядах							15	Анализ техники выполнения, конспектирование методики

								обучения элементам
<b>Тема 8.</b> Методика проведения подготовительной части урока: проведение ОРУ различными способами							15	Конспект подготовительной части урока
<b>Тема 9.</b> Учебная комбинация на вольных упражнениях					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 10.</b> Учебная комбинация на коне-махах; бревне					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 11.</b> Учебная комбинация на кольцах					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 12.</b> Техника выполнения опорного прыжка					1			Выполнение оп. прыжка конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 13.</b> Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 14.</b> Учебная комбинация на перекладине					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Раздел 3. (7 семестр) Школьный урок</b>	<b>3</b>	<b>72</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>66</b>	
<b>Тема 15.</b> Методика проведения школьного урока							11	Доклад с презентацией по заданной теме, изучение школьной программы
<b>Тема 16.</b> Методика проведения школьного урока в младшем школьном возрасте							11	Конспект, проведение урока
<b>Тема 17.</b> Методика проведения школьного урока в среднем школьном возрасте							11	Конспект, проведение урока
<b>Тема 18.</b> Методика проведения школьного урока							11	Конспект, проведение урока

в старшем школьном возрасте								
<b>Тема 19.</b> Педагогические наблюдения							11	Проведение анализа урока, пульсометрии и хронометража
<b>Тема 20.</b> Нормативы СФП							11	Тестирование
<b>Тема 21.</b> Учебная комбинация на вольных упражнениях					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 22.</b> Учебная комбинация на коне - махах; бревне					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 23.</b> Учебная комбинация на кольцах					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 24.</b> Учебная комбинация на перекладине					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 25.</b> Техника выполнения опорного прыжка					1			Выполнение прыжка конспектирование методики обучения
<b>Тема 26.</b> Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях					1			Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Раздел 4. (8семестр) Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах</b>	<b>2</b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>зачет</b>
<b>Тема 27.</b> Учебная комбинация на вольных упражнениях					1		4	Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 28.</b> Учебная комбинация на коне - махах; бревне					1		4	Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам

<b>Тема 29.</b> Учебная комбинация на кольцах					1		6	Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 30.</b> Учебная комбинация на перекладине					1		4	Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 31.</b> Техника выполнения опорного прыжка					1		4	Выполнение прыжка
<b>Тема 32.</b> Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях					1		4	Выполнение комбинации конспектирование методики обучения элементам
<b>Тема 33.</b> Методика обучения элементов на гимнастических снарядах						4		
<b>Раздел 5. (9 семестр) Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах</b>	<b>3</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>87</b>	<b>экзамен</b>
<b>Тема 34.</b> Формы организации занятий гимнастикой во внеучебное (внеклассное) время							14	Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 35.</b> Приемы страховки и помощи							14	Конспектирование
<b>Тема36.</b> Основы техники гимнастических упражнений.			2				16	Конспектирование, устный опрос
<b>Тема 37.</b> Основы обучения гимнастическим упражнениям			2				16	Конспектирование, устный опрос
<b>Тема 38.</b> Организация и проведение соревнований по гимнастике в школе							14	Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 39.</b> Планирование учебной работы по гимнастике в школе, виды планирования.							13	Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 40.</b> Выполнение произвольной программы на гимнастических снарядах					8			Составление комбинаций произвольной программы и ее практическое выполнение

## Содержание основных разделов и тем дисциплины

### Раздел 1. Гимнастика как спортивно - педагогическая дисциплина

#### Тема 1. Исторический обзор развития гимнастики

- Происхождение гимнастики и основные закономерности ее развития.
- Гимнастика у древних народов, в Средние века и в дореволюционной России.
- Введение гимнастики в школьные программы в государствах Западной Европы и в дореволюционной России.

#### Тема 2. Гимнастическая терминология

- Требования предъявляемые к терминологии.
- Терминология и правила записи общеразвивающих, вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
- Словарь основных гимнастических терминов.

#### Тема 3. Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой

- Травмы и причины их возникновения.
- Страховка и помощь как мера предупреждения травматизма и метод обучения.
- Особенности страховки и помощи при выполнении упражнений на гимнастических снарядах и вольных упражнениях.

#### Тема 4. Разработка и проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами

- Правила и формы записи ОРУ, проводимых поточным, поточно-проходным способом и в движении..
- Правила и формы записи ОРУ, проводимых в кругу, в колоннах, в шеренгах, в парах, в тройках..
- Правила и формы записи ОРУ, проводимых на снарядах. (скамейка, стенка) и с предметами.
- Правила и формы записи ОРУ, проводимых игровым и круговым способом.

#### Тема 5. Учебная комбинация из акробатических элементов

#### Тема 6. Сдача нормативов по ОФП

##### Юноши:

- Сгибание разгибание рук в упоре лежа с „хлопком”;
- Подтягивания в висе на перекладине;
- Поднимание ног в висе на гимнастической стенке;
- Сгибание разгибание рук в упоре на брусьях;
- Сгибание-разгибание туловища в тазобедренном суставе лежа на спине.

##### Девушки:

- Сгибание разгибание рук в упоре лежа;
- Сгибание-разгибание туловища в тазобедренном суставе лежа на спине;
- Подтягивания в висе стоя на нижней жерди;
- Шпагаты (3 шпагата);
- „Мост” из положения лежа на спине.

### Раздел 2. Основы техники выполнения элементов на гимнастических снарядах и методика проведения подготовительной части урока

**Тема 7.** Методика обучения элементов на гимнастических снарядах

- Методы обучения элементам.
- Принципы обучения элементам на снарядах.
- Приемы страховки и помощи при обучении элементам на гимнастических на снарядах.

**Тема 8.** Методика проведения подготовительной части урока: проведение ОРУ различными способами

- Задачи, решаемые в подготовительной части урока.
- Содержание подготовительной части урока.
- Способы проведения подготовительной части урока.
- Проведение ОРУ фронтальным способом (раздельным);
- Проведение ОРУ поточным способом;
- Проведение ОРУ поточно-проходным способом;
- Проведение ОРУ в кругу;
- Проведение ОРУ в колоннах, в шеренгах;
- Проведение ОРУ в парах, в тройках;
- Проведение ОРУ на снарядах (скамейка, стенка);
- Проведение ОРУ с предметами;
- Проведение ОРУ игровым способом;
- Проведение ОРУ по станциям (круговой способ).

**Тема 9.** Учебная комбинация на вольных упражнениях

**Тема 10.** Учебная комбинация на коне-махах; бревне

**Тема 11.** Учебная комбинация на кольцах

**Тема 12.** Техника выполнения опорного прыжка

**Тема 13.** Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях

**Тема 14.** Учебная комбинация на перекладине

**Раздел 3. Школьный урок**

**Тема 15.** Методика проведения школьного урока

- Содержание школьной программы для младшего школьного возраста.
- Особенности проведения школьного урока.
- Способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями
- Обучение организации и проведению соревнований

**Тема 16.** Методика проведения школьного урока в младшем школьном возрасте

- Проведение подготовительной части урока;
- Проведение основной части урока;
- Проведение заключительной части урока.

**Тема 17.** Методика проведения школьного урока в среднем школьном возрасте

- Проведение подготовительной части урока;
- Проведение основной части урока;
- Проведение заключительной части урока.

**Тема 18.** Методика проведения школьного урока в старшем школьном возрасте

- Проведение подготовительной части урока;
- Проведение основной части урока;
- Проведение заключительной части урока.

### **Тема 19.** Педагогические наблюдения

- Составление протокола хронометрии;
- Составление протокола пульсометрии;
- Проведение педагогического анализа урока.

### **Тема 20.** Нормативы СФП

#### **Девушки:**

- Стойка на голове (в/у);
- Подъем переворотом толчком одной, махом другой, в упор на в/ж (брусья);
- Приседания на правой левая вперед (бревно);
- Упор углом (параллельные брусья);
- Шпагаты (3 вида).

#### **Юноши:**

- Стойка на руках (в/у);
- Подъем переворотом (перекладина);
- Силой согнувшись, стойка на плечах и опускание в упор углом (брусья);
- Упор углом (кольца);
- Канат (без помощи ног).

### **Тема 21.** Учебная комбинация на вольных упражнениях

### **Тема 22.** Учебная комбинация на коне - махах; бревне

### **Тема 23.** Учебная комбинация на кольцах

### **Тема 24.** Учебная комбинация на перекладине

### **Тема 25.** Техника выполнения опорного прыжка

### **Тема 26.** Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях

## **Раздел 4. Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах**

### **Тема 27.** Учебная комбинация на вольных упражнениях

### **Тема 28.** Учебная комбинация на коне - махах; бревне

### **Тема 29.** Учебная комбинация на кольцах

### **Тема 30.** Учебная комбинация на перекладине

### **Тема 31.** Техника выполнения опорного прыжка

### **Тема 32.** Учебная комбинация на параллельных и разновысоких брусьях

### **Тема 33.** Методика обучения элементов на гимнастических снарядах

## **Раздел 5. Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах**

**Тема 34.** Формы организации занятий гимнастикой во внеучебное (внеклассное) время.

### **Тема 35.** Приемы страховки и помощи.

- Различия применения приемов страховки и помощи на данных снарядах.
- Применение разнообразных вспомогательных снарядов и технических средств обучения.

### **Тема 36.** Основы техники гимнастических упражнений.

- Техника гимнастических упражнений общие закономерности, лежащие в ее основе.
- Статические упражнения.
- Динамические упражнения.
- Вращательные движения.

- Хлестовые движения.
- Силовые и маховые упражнения.
- Последовательность анализа техники гимнастических упражнений.

**Тема 37.** Основы обучения гимнастическим упражнениям.

- Методологическая и теоретическая основа процесса обучения.
- Индивидуальный и личностный подход к обучению гимнастическим упражнениям.
- Научность обучения и его воспитательное значение.
- Содержание научных и практических знаний в гимнастике.
- Умения и навыки в гимнастике.
- Специфические особенности методики формирования двигательных навыков в гимнастике.
- Диалектическая взаимосвязь знаний, умений, навыков и способностей гимнастов.
- Обучение гимнастическим упражнениям.

**Тема 38.** Организация и проведение соревнований по гимнастике в школе

- Положение о соревнованиях.
- Права и обязанности участников соревнований, представителей команд и тренеров.
- Состав судейской коллегии. Права и обязанности судей.
- Оценка упражнений. Классификация ошибок и их учет в оценке.
- Классификация трудности гимнастических элементов.
- Содержание классификационных программ по спортивной гимнастике.

**Тема 39.** Планирование учебной работы по гимнастике в школе, виды планирования.

- Значение и задачи планирования учебной работы по гимнастике в школе.
- Виды планирования.
- Основные документы планирования.
- Учет учебной работы, его значение и задачи.
- Особенности планирования учебного материала по гимнастике в школе.

**Тема 40.** Выполнение произвольной программы на гимнастических снарядах

## Методические рекомендации по освоению дисциплины

Самостоятельная работа студентов является важной составляющей организации учебного процесса по изучению дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»

Самостоятельная работа по дисциплине проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;

- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся;
- формирования самостоятельности;
- развития исследовательских умений.

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);
- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- подготовка материалов для анализа ситуаций;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;
- составление плана и тезисов ответа на семинарском занятии;
- составление схем, таблиц для систематизации учебного материала;
- решение кейсов и ситуационных задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, докладов;
- подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения учебного материала,  
- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач,  
- полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа,

- обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос,

- оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

Бакалаврам рекомендуется обязательное использование при подготовке дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Наименование программы/ профиля	Количество зачетных единиц
Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика	Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура квалификация (степень): Бакалавр	<b>8</b>
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>		
Предшествующие: Теория и методика обучения базовым видам спорта: подвижные игры		
Последующие: Подготовка к организации и проведению физкультурно спортивных мероприятий; Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика		

<b>Входной КОНТРОЛЬ</b> (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы*	Количество баллов 5 %	
		min	max
	Тестирование	<b>0</b>	<b>5</b>
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>5</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1</b>			
<b>Гимнастика как спортивно - педагогическая дисциплина</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Выполнение акробатических элементов	3	6
	Письменная работа в рабочей тетради	1	2
	Доклад с презентацией	2	4
	Конспект ОРУ	3	6
<b>Итого</b>		<b>9</b>	<b>18</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2</b>			
<b>Основы техники выполнения элементов на гимнастических снарядах и методика проведения подготовительной части урока</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Конспекты лекций	2	4
	Выполнение учебных комбинаций	6	8
	Конспект подготовительной части урока	4	6
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>18</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3</b>			
<b>Школьный урок</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Проведение анализа урока, пульсометрии и хронометража	2	4
	Конспект, проведение урока	6	8
	Выполнение комбинаций	4	6
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>18</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 4</b>			
<b>Основы техники выполнения элементов на гимнастических снарядах и методика проведения подготовительной части урока</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Выполнение учебных комбинаций	6	8
	Конспект подготовительной части урока	2	4
	Конспектирование методики обучения элементам	2	3
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя - тестирование	2	3
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>18</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 5</b>			
<b>Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах</b>			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
	Конспект подготовительной части урока	2	4
	Выполнение учебных комбинаций	6	8
	Конспектирование методики обучения элементам	2	3
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя - тестирование	2	3
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>18</b>

<b>ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	max
	зачет	3	5
<b>Итого</b>		<b>3</b>	<b>5</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
БР №1 Тема №2	Индивидуальное задание	3	5
БР №2 Тема №7	Индивидуальное задание	3	5
БР №3 Тема №15,19	Индивидуальное задание	3	5
БР №4,5 Тема №28	Индивидуальное задание	3	5
Итого		<b>12</b>	<b>20</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

\*Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

#### Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов*</i>	<i>Академическая оценка</i>
60 – 72	3 (удовлетворительно)
73 – 86	4 (хорошо)
87 – 100	5 (отлично)

\*При количестве рейтинговых баллов более 100, необходимо рассчитывать рейтинг учебных достижений обучающегося для определения оценки кратно 100 баллов.

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом № 297 (п) «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации».

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта  
протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



### **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры теоретических основ физического воспитания

«25» апреля 2019 г. протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья

им. И.С. Ярыгина

Протокол №5 от «15» мая 2019г.

Председатель НМСС (Н) Бордуков М.И.



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева**

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра-разработчик: кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и  
национальных видов спорта

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры

Протокол № 9

от «12» мая 2021 г.

заведующая кафедрой

Янова М.Г. 

ОДОБРЕНО

на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)

Протокол № 9 от «21» мая 2021 г.

Председатель НМС

Бордуков М.И. 

**ФОНД**

**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:  
ГИМНАСТИКА**

Направление подготовки:

44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы:

Физическая культура

квалификация (степень):

Бакалавр

Составители: доцент Ветрова И.В., доцент Люлина Н.В.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Фонд оценочных средств (для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации)

Направление подготовки: 44.03.01 «Педагогическое образование»

Физическая культура

Квалификация и степень выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Фонд оценочных средств разработан в соответствии с положением утвержденным приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018 и ориентирован на решение следующих задач: управление процессами приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и формирования компетенций, определённых в образовательном стандарте по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование «Физическая культура» с определением положительных результатов обучения и соответствия задачам будущей профессиональной деятельности через внедрение и совершенствование комплекса традиционных и инновационных методов обучения и технологий в образовательный процесс университета, совершенствование процессов самоподготовки, самоорганизации и самоконтроля обучающихся.

Фонд оценочных средств включает перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения основ научной деятельности студента с описанием этапов формирования и оценивания компетенций. Кроме того, фонд оценочных средств сопровождается перечнем оценочных средств и критериальным аппаратом их оценивания, учебно-методическим и информационным обеспечением. Критерии оценки знаний и умений обучающихся в рамках дисциплин практикоориентированной направленности подкрепляется выступлениями обучающихся на семинарах, выполнением практических заданий, собеседованиями, выступлениями на конференции.

Перечисленные выше задания позволяют автору ФОС выявлять уровень освоения формируемых компетенций, таких как способность к самоорганизации и самообразованию; способность организовать сотрудничество обучающихся, поддержать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности; готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования; способность руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся. Задания способствуют пониманию и освоению теоретического содержания, направлены на получение

практического опыта по освоению дисциплин в рамках реализации системно-деятельностного и компетентностного подходов.

В целом фонд оценочных средств по основной образовательной программе по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование «Физическая культура» соответствует требованиям, предъявляемым к данному типу учебно-методических материалов и может быть использован при организации образовательного процесса по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Согласовано:

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 148 имени Героя Советского Союза И.А. Борисевича»  
г. Красноярск, 660124, ул. имени Героя Советского Союза И.А. Борисевича, 23, 17, 7  
Телефон: 8(391)266-95-16, 8(391)266-94-79  
E-mail: shool148@mail.ru

Директор



Бушланова Ю.С.

## 1. Назначение фонда оценочных средств

Целью создания ФОС дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

ФОС по дисциплине решает задачи:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;
- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ООП, определенных в виде набора общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

ФОС разработан на основании нормативных документов:

- ФГОС по направлению 44.03.01 Педагогическое образование. Направленность(профиль) образовательной программы: Физическая культура  
- образовательных программ высшего образования по направлению 44.03.01 Педагогическое образование. Направленность(профиль) образовательной программы: Физическая культура
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## 2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины

### 2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

- а) общекультурные компетенции:
  - способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-6);
  - готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8).

### 2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМы	
				Номер	Форма
<b>ОК-6</b> Способность к самоорганиза	Ориентировочный	Философия. Информационная культура и технологии в	Текущий контроль успеваемости	1,2	Написание эссе на заданную тему.

ции и самообразова нию		образовании. Политология. Культурология. Экономика образования.			реферат
	Когнитивный	Философия. Иностранный язык. Русский язык и культура речи. Информационная культура и технологии в образовании. Политология. Культурология. Экономика образования. Основы математической обработки информации. Основы научной деятельности	Текущий контроль успеваемости	2,3,4,5,	Подготовка презентаци и доклада в Power Point. Подготовка устного сообщения Конспекты по методике проведения гимнастиче ских упражнени й
	Праксиологич еский	Философия. Иностранный язык. Русский язык и культура речи. Информационная культура и технологии в образовании. Политология. Культурология. Экономика образования. Основы математической обработки информации. Основы научной деятельности	Промежуто чная аттестация	2,3,4,5, 7	Составлени е библиогра фического списка по заданной теме. Составлени е различных видов конспектов . Выполнение учебных комбинаций на гимнастиче ских снарядах Подготовка презентаци и доклада в Power Point. Подготовка устного сообщения
	Рефлексивно- оценочный	Философия. Иностранный язык.	Промежуто чная	Вопрос ы и	Сдача практическ

		Русский язык и культура речи. Информационная культура и технологии в образовании. Политология. Культурология. Экономика образования. Основы математической обработки информации. Основы научной деятельности	аттестация	задания к зачету	их тестов Зачет
<b>ОК- 8</b> Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающих полноценную деятельность	Ориентировочный		Текущий контроль успеваемости	3	Написание эссе на заданную тему. реферат
	Когнитивный	Организация проектно-исследовательской деятельности школьников в окружающей среде	Текущий контроль успеваемости	2,3,4	Подготовка презентации и доклада в Power Point. Подготовка устного сообщения Конспекты по методике проведения гимнастических упражнений
	Практиологический	Организация проектно-исследовательской деятельности школьников в окружающей среде	Промежуточная аттестация	1,2,3,4	Составление библиографического списка по заданной теме. Составление различных видов конспектов Подготовка презентации и доклада в

					Power Point. Подготовка устного сообщения
	Рефлексивно-оценочный	Организация проектно-исследовательской деятельности школьников в окружающей среде	Промежуточная аттестация	Вопросы и задания к зачету	Сдача практических тестов Выполнение учебных комбинаций на гимнастических снарядах Зачет

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

1. Оценочное средство - вопросы к экзамену.
2. Оценочное средство - типовые задания к зачёту.

Критерии оценивания по оценочному средству 1 – вопросы к экзамену, по оценочному средству 2 – типовые задания к зачёту.

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично	(73 - 86 баллов) хорошо	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно
<b>ОК- 6</b> Способность к самоорганизации и самообразованию	Обучающийся на высоком уровне демонстрирует владение рациональными приемами самоорганизации и самообразования.	Обучающийся на среднем уровне использует рациональные приемы самоорганизации и самообразования	Обучающийся на удовлетворительном уровне использует рациональные приемы самоорганизации и самообразования.
<b>ОК- 8</b> Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Обучающийся на высоком уровне способен выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической	Обучающийся на среднем уровне владеет необходимыми тестами для определения уровня физической и функциональной подготовленности Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования	Обучающийся на удовлетворительном уровне владеет основами формирования двигательных действий и развития физических качеств; Владеет знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя

	культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	спортивного мастерства	специальную литературу
--	--	------------------------	------------------------

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

##### 4.1. Фонды включают следующие оценочные средства:

- 1 - оформление библиографического списка по заданной теме;
- 2 - составление различных видов конспектов;
- 3 - подготовка презентации доклада в Power Point;
- 4 - подготовка устного сообщения;
- 5 - сдача практических тестов
- 6 - выполнение и проведение комплексов упражнений
- 7 – выполнение учебных комбинаций на гимнастических снарядах

##### 4.2. Критерии оценивания

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – оформление библиографического списка по заданной теме.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Разнообразие подобранных источников (книги одного и более авторов, статьи, многотомные издания и т.д.)	3
Соответствие подобранных источников заданной теме	2
Правильность оформления библиографического описания подобранных источников	5
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – составление различных видов конспектов.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Составлены все виды конспектов	2
Точность определения характерных особенностей различных видов конспектов	5
Степень раскрытия содержания конспектируемой статьи	3
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3– подготовка презентации доклада в Power Point.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие презентации техническим требованиям к оформлению слайдов	2

Адекватное количество/соотношение различных видов информации, представленной в презентации	3
Качество структурирования содержания презентации	2
Глубина раскрытия содержания заявленной темы	3
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 4– подготовка устного сообщения.

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
Композиционная стройность, полнота и логичность изложения	3
Высказывание разных точек зрения, собственных взглядов на проблему	3
Грамотность и выразительность речи	2
Эмоциональность и саморегуляция во время выступления	2
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – сдача практических тестов

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
Владение современной терминологией	3
Владение методикой проведения	3
Правильность выполнения тестов в целом	2
Точность исполнения техники каждого теста	2
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.6. Критерии оценивания по оценочному средству 6 – выполнение и проведение комплексов упражнений

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
Владение современной терминологией	2
Владение методикой проведения	3
Правильность выполнения комплексов в целом	3
Точность исполнения техники каждого упражнения	2
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

4.2.7. Критерии оценивания по оценочному средству 7 - выполнение учебных комбинаций на гимнастических снарядах

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
Владение современной терминологией	1
Владение методикой обучения	3
Правильность выполнения комбинации в целом	3

Точность исполнения техники каждого упражнения	3
<b>Максимальный балл</b>	<b>10</b>

**5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств** (литература; методические указания, рекомендации, программное обеспечение и другие материалы, использованные для разработки ФОС).

1. Азарова Р.Н., Золотарева Н.М. Разработка паспорта компетенции: Методические рекомендации для организаторов проектных работ и профессорско-преподавательских коллективов вузов. Первая редакция. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, Координационный совет учебно-методических объединений и научно-методических советов высшей школы, 2010. - 52 с.

2. Методика оценки уровня квалификации педагогических работников. Под ред. В.Д. Шадрикова, И.В. Кузнецовой. М., 2010.- 178 с.

3. Шалашова М.М. Компетентностный подход к оцениванию качества химического образования. Арзамас: АГПИ, 2011.- 384 с. С.244 – 253.

4. Шкерина Л.В. Измерение и оценивание уровня сформированности профессиональных компетенций студентов – будущих учителей математики: учебное пособие; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. Красноярск, 2014. - 136 с.

## **6. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

**6.1. Типовые задания к зачёту по дисциплине «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»**

### **5 семестр.**

**ЗАДАНИЕ 1.** Методика проведения подготовительной части урока: проведение ОРУ различными способами.

**ЗАДАНИЕ 2.** Выполнить учебную комбинацию из акробатических элементов.

**ЗАДАНИЕ 3.** Выполнить нормативы ОФП.

### **6 семестр.**

**ЗАДАНИЕ 1.** Провести подготовительную часть урока различными способами.

**ЗАДАНИЕ 2.** Выполнить учебные комбинации на гимнастических снарядах.

**ЗАДАНИЕ 3.** Используя каталоги библиотеки КГПУ им. В.П. Астафьева, подобрать литературу по заданной преподавателем теме и оформить библиографический список в соответствии с требованиями ГОСТ.

### **7 семестр.**

**ЗАДАНИЕ 1.** Провести школьный урок для различных возрастов.

**ЗАДАНИЕ 2.** Провести педагогические наблюдения.

**ЗАДАНИЕ 3.** Выполнить учебную комбинацию из акробатических элементов.

**ЗАДАНИЕ 4.** Выполнить нормативы СФП.

**ЗАДАНИЕ 5.** Выполнить учебную комбинацию из акробатических элементов

**ЗАДАНИЕ 6.** Подготовьте презентацию к докладу в соответствии с правилами создания презентации в программе Power Point (Приложение 3)

### **8 семестр.**

**ЗАДАНИЕ 1.** Выполнить учебную комбинацию из акробатических элементов

**ЗАДАНИЕ 2.** Подготовьте презентацию к докладу в соответствии с правилами создания презентации в программе Power Point (Приложение 3)

### **9 семестр.**

**ЗАДАНИЕ 1.** Используя методику подготовки к устному выступлению (Приложение 4), подготовить устный доклад на заданную тему. Представить подготовленный доклад группе студентов.

**ЗАДАНИЕ 2.** Используя каталоги библиотеки КГПУ им. В.П. Астафьева, подобрать литературу по заданной преподавателем теме и оформить библиографический список в соответствии с требованиями ГОСТ.

**ЗАДАНИЕ 3.** Подготовить презентацию к докладу в соответствии с правилами создания презентации в программе Power Point

## **7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

### **3 курс.**

**ЗАДАНИЕ 1.** - Способы проведения ОРУ.

**ЗАДАНИЕ 2.** Выполнение акробатических элементов.

### **4 курс.**

**ЗАДАНИЕ 1.** - Способы проведения ОРУ различными способами.

**ЗАДАНИЕ 2.**- Написание конспекта подготовительной части урока.

**ЗАДАНИЕ 3.** Используя каталоги библиотеки КГПУ им. В.П. Астафьева, подберите литературу по заданной преподавателем теме и оформите библиографический список в соответствии с требованиями ГОСТ.

### **5 курс.**

**ЗАДАНИЕ 1.**- Проведение отдельных частей урока

**ЗАДАНИЕ 2.**- Проведение педагогических наблюдений

**ЗАДАНИЕ 3.** Используя методику подготовки к устному выступлению (Приложение 2) подготовьте устный доклад на заданную тему. Представьте подготовленный доклад группе студентов.

**ЗАДАНИЕ 4.** Используя каталоги библиотеки КГПУ им. В.П. Астафьева, подберите литературу по заданной преподавателем теме и оформите библиографический список в соответствии с требованиями ГОСТ.

**ЗАДАНИЕ 5.** Подготовьте презентацию к докладу в соответствии с правилами создания презентации в программе Power Point

**ЗАДАНИЕ 6.** Выполнить отдельные элементы на гимнастических снарядах.

## **8. Оценочное средство - вопросы к экзамену.**

### **Вопросы к экзамену по дисциплине: «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»**

1. Составить физиологическую кривую урока по гимнастике.
2. Дать характеристику основной части урока.
3. Приемы помощи и страховки при обучении элементов в гимнастике.
4. Методы обучения в гимнастике, отличительные особенности обучения.
5. Формы организации занятий по гимнастике в школе, дать характеристику одной из форм.
6. Основные требования и методические указания к проведению урока по гимнастике.
7. Плотность урока. Методы и приемы регулирования функциональной и психической нагрузки занимающихся.
8. Состав судейской коллегии соревнований по гимнастике.
9. Основы спортивной тренировки (основные понятия).
10. Самостоятельные формы занятий гимнастикой (зарядка, выполнение домашнего задания, индивидуальные тренировки), их организация, содержание и методика проведения.
11. Порядок выступления команд и участников.
12. Этапы подготовки юных спортсменов: дать характеристику первому этапу подготовки.
13. Правила применения терминов, правила сокращения гимнастических терминов.

14. Составить физиологическую кривую урока по гимнастике с учетом частей урока и дать ее характеристику.
15. Планирование тренировки: дать характеристику ударному, модельному, настроечному, адаптационно-настроечному микроциклу.
16. Особенности организации, содержания и методика проведения внеклассной работы по гимнастике.
17. Программа соревнований по гимнастике. Составить форму заявки на соревнование.
18. Принципы тренировки: дать характеристику принципу непрерывности, единства, постепенности возрастания и стремления к максимальным нагрузкам.
19. Гимнастическая терминология и ее значение.
20. Подготовка учителя к уроку.
21. Планирование и учет физической и психической нагрузок.
22. Спортивная гимнастика в дореволюционной России.
23. Особенности методики проведения гимнастики с детьми среднего школьного возраста.
24. Специальная психологическая подготовка.
25. Развитие спортивной гимнастики в СССР и России.
26. Особенности методики проведения урока с детьми младшего школьного возраста.
27. Понятие о тренировке в гимнастике.
28. Требования предъявляемые к терминологии по гимнастике.
29. Обязанности главного судьи на соревнованиях по гимнастике.
30. Составить положение о соревнованиях по гимнастике.
31. Задачи гимнастики.
32. Особенности занятий гимнастикой с женскими группами.
33. Правила, сокращающие запись упражнений. Приемы сокращения записи общеразвивающих упражнений и упражнений на снарядах.
34. Количество судей в бригадах для различных разрядов, как вывести окончательную оценку при четырех и двух судьях.
35. Обязанности заместителей главного судьи (перечислить).
36. Особенности занятий с детьми старшего школьного возраста.
37. Урок гимнастики: дать характеристику подготовительной части урока.
38. Сбавки за ошибки в выполнении упражнений на соревнованиях по гимнастике.
39. Понятие о психограмме спортивной гимнастики, общая и специальная психологическая подготовка в гимнастике.
40. Урок гимнастики: дать характеристику основной части урока.
41. Обязанности арбитра на соревнованиях по гимнастике (перечислить).
42. Планирование тренировки: понятие о микроцикле, втягивающем и основном микроцикле.
43. Особенности организации, содержание и методика проведения внеклассной работы по гимнастике.
44. Обязанности коменданта соревнований по гимнастике (перечислить).
45. Планирование тренировки: дать характеристику ударному, модельному, настроечному и адаптивному микроциклам.
46. История спортивной гимнастики.
47. Страховка и помощь при выполнении упражнений на соревнованиях по гимнастике.
48. Периоды тренировки в гимнастике.
49. План-конспект урока.
50. Попытки на соревнованиях по гимнастике.
51. Принципы тренировки: дать характеристику принципу волнообразности динамики тренировочных нагрузок, принципу цикличности тренировочного процесса.

## Темы курсовых работ по дисциплине: «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика»

1. Характерные методические особенности гимнастики.
2. Особенности применения гимнастической терминологии при занятиях со школьниками.
3. Приемы страховки основных упражнений на гимнастических снарядах, опорных прыжках и акробатических упражнениях из школьной программы 5 – 11 классов.
4. Методика проведения подготовительной части урока в зависимости от задач основной части.
5. Методика проведения основной части и заключительной части урока.
6. Плотность урока и приемы его регулирования.
7. Педагогическая и физиологическая оценка основных групп гимнастических упражнений.
8. Методика обучения упражнениям в равновесии.
9. Методика обучения опорным прыжкам.
10. Методика обучения соскокам в висах и упорах.
11. Значение занятий гимнастикой в режиме учебного дня (формы и методика обучения).
12. Техника выполнения силовых и статических упражнений (методика обучения).
13. Техника выполнения маховых упражнений.
14. Развитие специальных физических качеств на уроках гимнастики.
15. Методика развития силы на уроках физической культуры в различных возрастных группах.
16. Методика развития прыгучести.
17. Методика развития гибкости.
18. Методика развития координации и ловкости.
19. Методика развития вестибулярной устойчивости.
20. Методика развития осанки у детей младшего школьного возраста.
21. Воспитание морально – волевых качеств средствами гимнастики.
22. Применение основных групп гимнастических упражнений в подготовке: баскетболиста, лыжника, борца – вольника, боксера, борца – дзюдоиста, пловца, легкоатлета.
23. Специфические особенности гимнастических упражнений. Роль анализаторских систем в формировании двигательного навыка.
24. Методика изучения (оценки) уровня и динамики развития двигательных и психических особенностей у юных гимнастов.
25. Гимнастические выступления и праздники как форма специальной активности школьников.
26. Влияние алкоголя на психомоторные функции человека, его координацию.
27. Экспериментальные исследования:
  - а) сравнительный анализ становления функции равновесия у младших школьников, выполняющих и не выполняющих специальные домашние задания;
  - б) то же, силы;
  - в) то же, гибкости;
  - г) то же, координации.
28. Влияние занятий с различной моторной плотностью на динамику физической подготовленности:
  - а) младших школьников;
  - б) школьников среднего школьного возраста;
  - в) школьников старшего школьного возраста (2 класса для сравнения).
29. Изучение и развитие координации движений (быстроты в действиях, силы различных групп мышц, гибкости и подвижности в суставах, прыгучести, специальной «гимнастической выносливости»), памяти на движения, устойчивости внимания, способности распределять и переключать внимание при овладении гимнастическими упражнениями,

эмоциональной устойчивости при овладении сложными упражнениями, способности ориентироваться в пространстве при изменении положения тела во время исполнения упражнений, решительности и смелости и других волевых качеств, дисциплины и организованности) у школьников, юных гимнастов в процессе занятий гимнастикой.

30. Исследование значения отдельных двигательных и психических способностей в овладении гимнастическими упражнениями.

31. Исследование взаимосвязи между отдельными двигательными способностями и их влияние на спортивно-технический результат гимнастов.

32. Разработка методики развития отдельных двигательных способностей в процессе обучения гимнастическим упражнениям.

33. Разработка методов индивидуального и личностного подхода при развитии двигательных способностей в процессе занятий гимнастикой.

34. Исследование структуры способностей, необходимых для овладения отдельными гимнастическими упражнениями и многоборьем в целом.

35. Исследование эффективности педагогического контроля, за состоянием занимающихся в процессе учебно-тренировочных занятий.

36. Развитие решительности и смелости при обучении гимнастическим упражнениям.

37. Анализ техники отдельного гимнастического упражнения или ряда упражнений одной структурной группы.

38. Разработка методики обучения отдельным гимнастическим упражнениям.

39. Совершенствование методики проведения учебных занятий по гимнастике в общеобразовательной школе (с включением собственного педагогического опыта).

40. Применение нестандартного гимнастического оборудования на уроках гимнастики в общеобразовательной школе.

41. Анализ современной методики подготовки гимнастов на различных этапах становления спортивного мастерства.

42. Особенности организации и проведения внеклассной работы по гимнастике в общеобразовательной школе.

43. Подготовка и проведение массовых гимнастических праздников в различных учебных заведениях и в период летнего отдыха.

44. Исследование влияния отдельных двигательных способностей на овладение трудовыми профессиями в процессе занятий гимнастикой.

45. Методика проведения занятий по гимнастике в дошкольных учреждениях.

46. Организация занятий по гимнастике в дошкольных учреждениях.

47. Система отбора для занятий гимнастикой.

48. Характеристика спортивно-прикладных видов гимнастических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта.

49. Влияние развития отдельных двигательных (психомоторных) способностей на спортивно-технический результат гимнастов.

50. Современные тенденции развития гимнастики.

51. Влияние отдельных видов прикладной гимнастики на развитие профессиональных и двигательных способностей.

52. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

53. Совершенствование конструкции гимнастического оборудования - основа повышения спортивного мастерства гимнастов.

54. Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике в общеобразовательной школе, вузе, коллективе физкультуры и т.д.

55. Педагогический анализ программ по гимнастике.

56. Анализ материала по гимнастике в программах по физической культуре общеобразовательной школы.

57. Анализ современного состояния развития гимнастики (по материалам

спортивных соревнований различного уровня).

58. Влияние акробатической подготовленности гимнастов на успешность овладения упражнениями в отдельных видах гимнастического многоборья и многоборья в целом.

59. Влияние хореографической подготовки гимнастов на успешность овладения упражнениями в отдельных видах многоборья и в многоборье в целом.

60. Исследование взаимосвязи координации движений с отдельными показателями умственных способностей.

61. Гимнастика на Олимпийских играх, Чемпионатах мира и Европы, Играх доброй воли (исторический обзор).

62. Особенности физического развития юных гимнастов.

63. Возрастная динамика развития двигательных способностей занимающихся гимнастикой.

64. Возрастная динамика развития отдельных морфологических признаков у юных гимнастов.

65. Методика педагогического контроля за физическим состоянием юных гимнастов в процессе возрастного развития и повышения спортивного мастерства.

66. Исследование работоспособности у юных гимнастов.

67. Методика ориентации и отбора детей в ДЮСШ на отделение спортивной (и других видов) гимнастики.

68. Особенности проведения уроков по гимнастике в различных классах общеобразовательной школы.

69. Методы повышения двигательной плотности занятий по гимнастике с учащимися различных возрастных групп.

70. Применение нетрадиционных средств гимнастики при проведении подготовительной (основной, заключительной) частей урока.

71. Организация и проведение массовых гимнастических соревнований.

72. Социологический портрет сильнейших гимнастов мира.

73. Анализ правил соревнований, классификационных программ по гимнастике (исторический обзор).

74. Информационное обеспечение соревнований по гимнастике.

75. История развития гимнастики (различные периоды).

76. Гимнастика в системе подготовки учителя физической культуры.

77. Музыкальное обеспечение урока гимнастики.

78. Страховка и помощь при занятиях с детьми младшего и среднего школьного возраста.

## **Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине**

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;
- рассмотрение, при необходимости, возможностей внесения изменений в соответствующие документы РПД, в том числе с учётом пожеланий заказчиков;
- формирование перечня рекомендаций и корректирующих мероприятий по оптимизации трёхстороннего взаимодействия между обучающимися, преподавателями и потребителями выпускников профиля;
- рекомендации и мероприятия по корректированию образовательного процесса заполняются в специальной форме «Лист внесения изменений»

## КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Теория и методика обучения базовым видам спорта: Гимнастика» для студентов ООП

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура

квалификация (степень): Бакалавр

по заочной форме обучения

Наименование	Наличие место/ (кол-во экз.)	Количество экземпляров / точка доступа
<b>Основная литература</b>		
Петров, Павел Карпович. Методика преподавания гимнастики в школе [Текст] :учеб. Для студ. высш. учеб. заведений / Петров П. К. - М. : ВЛАДОС, 2000. - 448 с.	АНЛ(3), ЧЗ(2), АУЛ(2)	7
Гимнастика [Текст] :учебник для студентов высших учебных заведений / М. Л. Журавин [и др.] ; ред.: М. Л. Журавин, Н. К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. . - М. :Академия, 2006. - 445 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование).	ЧЗ(3), АНЛ(1),АУЛ(20), ИМЦ ФФКиС(2)	26
Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. - Москва : Спорт, 2016. - 616 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-42-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454238">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454238</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>		
Ветрова, Ирина Владимировна. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. В. Ветрова. - Электрон.дан. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2014. - 494 с. - . - Режим доступа: <a href="http://elib.kspu.ru/document/30163">http://elib.kspu.ru/document/30163</a> .	ЭБС КГПУ	Индивидуальный неограниченный доступ
Самостоятельная работа студентов факультетов физической культуры по дисциплинам предметной подготовки [Текст] : учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / И. М. Туревский, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов и др.;Подред. И. М. Туревского. - М. : Академия, 2003. - 319 с.	ЧЗ(1), АНЛ(1), ИМЦ ФФКиС(1), АУЛ(10)	13
<b>Интернет-ресурсы:</b>		
Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	<a href="http://library.kspu.ru/">http://library.kspu.ru/</a>	свободный
Портал учебных ресурсов КГПУ им. В.П. Астафьева	<a href="http://edu.kspu.ru/">http://edu.kspu.ru/</a>	свободный

Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ (РОССОБРАЗОВАНИЕ).	<a href="http://минобрнауки.рф/">http://минобрнауки.рф/</a>	свободный
Федеральный портал РОССИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>	свободный
Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	<a href="http://library.kspu.ru/">http://library.kspu.ru/</a>	свободный
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
Федорова, Марина Юрьевна. Нормативно-правовое обеспечение образования [Текст] : учебное пособие / М. Ю. Федорова. - М. : Академия, 2008. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование	ЧЗ(1), АУЛ(11), АНЛ(3)	15
<b>Информационные справочные системы</b>		
Elibrary.ru. [Электронный ресурс]. - Электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос.информ. порталю – Москва, 2000. – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
Российская государственная библиотека	<a href="http://www.rsl.ru">http://www.rsl.ru</a>	свободный
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза
EastView : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	<a href="https://dlib.eastview.com">https://dlib.eastview.com</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

главный библиотекарь Рот Родова А.А. 21.06.2011  
(должность структурного подразделения) (подпись) (Фамилия И.О.) (дата)

**КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика»**

Для обучающихся образовательной программы  
«Педагогическое образование (с двумя профилями)», бакалавр, 44.03.01, профиль  
«Физическая культура»  
(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)  
по заочной форме обучения

<b>Аудитории</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, макеты, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и пр.)</b>	<b>Программное обеспечение</b>
Лекционные аудитории		
№ 1-49, гл.корп. № 1-50, гл.корп.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Проектор-1шт, маркерная доска-1шт, компьютер-7 шт, интерактивная доска-1шт, стол для инвалида-колясочника 1000*600 рег.-1 шт</li><li>• Проектор-1шт, компьютер-1шт, принтер-1шт</li></ul>	
Аудитории для практических (семинарских)/лабораторных занятий		
Спортивный зал	Брусья-2шт, гимнастический ковер-1шт, конь гимнастический-1шт, козел гимнастический-1шт, перекладины, кольца, маты, шведские стенки	