

**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**

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
ПО БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА: ГИМНАСТИКА**

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование  
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика» составлена доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук, ст. преп. С.В. Тарапатиным

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

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 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика» актуализирована доцентом Н.В. Люлиной, доцентом И.В. Ветровой, доцентом Ю.В. Шевчук, ст. преп. С.В. Тарапатиным

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 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по 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)

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по 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 "4" мая 2022 г.

Заведующий кафедрой

Янова М.Г.



(ф.и.о., подпись)

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

"19" мая 2022 г.

Председатель

Бордуков М.И.



(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по 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 «4» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой



Янова М.Г.

Одобрено Научно-методическим советом ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина

Протокол №9 от «19» мая 2022г.

Председатель



Кондратьюк Т.А.

### 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 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика» для подготовки обучающихся по направлению подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями, Профиль Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) 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 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: «Гимнастика» изучается в 5 семестре - на третьем курсе. Код модуля в учебном плане – Б1.ВД. 01. Код дисциплины в учебном плане – Б1.ВД.01.09.

#### Общая характеристика (аннотация)

##### Цель:

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

##### Задачи:

- Формирование теоретических знаний и практического опыта, необходимого в проведении гимнастики;
- 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 36 часов (1 з.е.), в том числе 8 часов на аудиторные занятия, 28 часа на самостоятельную работу.

**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

Задачи освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика»	Код результата обучения (компетенция)
--	--	--

спорта: Гимнастика»		
Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.	<p>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;</p> <p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</p> <p>Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;</p> <p>Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;</p> <p>Способен организовать различные виды внеурочной деятельности для достижения обучающимися личностных и метапредметных результатов;</p> <p>Способен организовать процесс обучения основным способам самоконтроля показателей физического здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и уровня развития физических качеств</p>	<p>УК-3</p> <p>УК-7</p> <p>УК-8</p> <p>ОПК-3</p> <p>ПК-3</p> <p>ПК-4</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

### Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика студентов ООП

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)  
по очной форме обучения  
(общая трудоёмкость 1 з.е.)

Модули. Наименование разделов и тем	Всего час. (з.е.)	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов/ Самостоят. работа	Формы и методы контроля
		всего	лекций	семинаров	Лаб/пр		
<b>Раздел 1. Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах</b>					<b>22</b>		
<b>Тема 1.</b> Формы организации занятий гимнастикой во внеучебное (внеклассное) время					2		Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 2.</b> Основы техники гимнастических упражнений.					4		Конспектирование, устный опрос
<b>Тема 3.</b> Основы обучения гимнастическим упражнениям					4		Конспектирование, устный опрос
<b>Тема 4.</b> Организация и проведение соревнований по гимнастике в школе					2		Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 5.</b> Планирование учебной работы по гимнастике в школе, виды планирования.					4		Доклад с презентацией по заданной теме
<b>Тема 6.</b> Выполнение произвольной программы на гимнастических снарядах					6		Составление и описание комбинаций произвольной программы и ее практическое выполнение



Образовательная деятельность по образовательной программе проводится:

**1) в форме контактной работе.**

Контактные часы = Аудиторные часы + КРЗ + КРЭ

Аудиторные часы = Лекции + Лабораторные + Практические.

КРЗ – контактная работа на зачете.

КРЭ – контактная работа на экзамене.

2) в форме **самостоятельной работы** обучающихся – работы обучающихся без непосредственного контакта с преподавателем;

3) в **иных формах**, определяемых рабочей программой дисциплины.

**Контроль** – часы на подготовку к экзамену по очной и заочной формам обучения, часы на подготовку к зачету по заочной форме обучения.

ИТОГО часов = **контактные часы + самостоятельная работа + контроль**

## Содержание основных разделов и тем дисциплины

### Раздел 1. Основы техники и методика обучения элементов на гимнастических снарядах

**Тема 1.** Формы организации занятий гимнастикой во внеучебное (внеклассное) время.

**Тема 2.** 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 3.** 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 4.** 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 5.** 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 6.** Выполнение произвольной программы на гимнастических снарядах

## **Методические рекомендации по освоению дисциплины (методические материалы)**

### **Рекомендации по работе на лекциях**

В понятие лекции вкладывается два смысла: лекция как вид учебных занятий, в ходе которых в устной форме преподавателем излагается предмет, и лекция как способ подачи учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения. В данном случае мы рассматриваем лекцию как вид учебных занятий.

Как правило, лекция содержит какой-либо объем научной информации, имеет определенную структуру (вводную часть, основное содержание, обобщение, промежуточные и итоговые выводы и др.), отражает соответствующую идею, логику раскрытия сущности рассматриваемых явлений.

По своему характеру и значимости сообщаемая на лекции информация может быть отнесена к основному материалу и к дополнительным сведениям. Целевое назначение последних – помогать слушателям в осмыслении содержания лекции, усиливать доказательность изучаемых закономерностей, раскрывать историю и этапы науки, общественной жизни, взглядов, теорий и пр. К таким сведениям относятся исторические справки, табличные и другие данные, примеры проявления или использования психолого-педагогических закономерностей в учебно-воспитательном процессе и пр.

Учебные дисциплины отличаются предметом и методами исследования, характером учебного материала, излагаемого на лекциях.

Отличаются лекции по манере чтения. Одни лекторы объяснение ведут размеренно, спокойно, не повышая голоса, другие – темпераментно, живо. У отдельных преподавателей речь строгая, лаконичная, у иных она образная, поэтому требуется определенное время, привыкнуть к этому и понимать объяснение.

Все это необходимо иметь в виду, так как манера чтения влияет на восприятие лекций их конспектирование.

Посещение студентами лекционных занятий – дело крайне необходимое, поскольку лекции вводят в науку, они дают первое знакомство с научно-теоретическими положениями данной отрасли науки и, что особенно важно и что очень сложно осуществить студенту самостоятельно, знакомят с методологией науки. Лекции предназначены для того, чтобы закладывать основы научных знаний, определять направление, основное содержание и характер всех видов учебных занятий, а также (и главным образом) самостоятельной работы студентов.

Систематическое посещение лекций, активная мыслительная работа в ходе объяснения преподавателем учебного материала позволяет не только понимать изучаемую науку, но и

успешно справляться с учебными заданиями на занятиях других видов (практических, лабораторных и т.д.), самостоятельно овладевать знаниями во внеучебное время.

Рекомендации, как работать на лекции.

Слушать лекции надо сосредоточено, не отвлекаясь на разговоры и не занимаясь посторонними делами. Механическое записывание отдельных фраз без их осмысления не оставляет следа ни в памяти, ни в сознании.

В ходе лекции полезно внимательно следить за рассуждениями лектора, выполняя предлагаемые им мыслительные операции и стараясь дать ответы на поставленные вопросы, надо, как говорят, слушать активно.

При этом следует вырабатывать у себя критическое отношение к существующим научным положениям, не принимать всё сказанное на веру, пытаться самостоятельно вникнуть в сущность изучаемого и стремиться обнаружить имеющиеся порой несоответствия между тем, что наблюдается, и тем, что об этом говорит теория.

Особое внимание надо обращать на указания и комментарии лектора при использовании им наглядных пособий (плакатов, схем, графиков и др.), следить за тем, что преподаватель показывает, не конспектируя в это время. Порой вод кривой графика или элемент схемы, диаграмма дает важную информацию, которую лектор анализирует. Одновременное восприятие визуально и на слух способствует лучшему усвоению.

Опытные преподаватели при чтении лекций удачно проводят анализ явлений, событий, делают обобщения, умело оперируют фактическим материалом при доказательстве или опровержении каких-либо положений.

Надо внимательно прислушиваться и присматриваться к тому, как все это делает лектор, какие средства использует для того, чтобы достичь убедительности и доказательности в рассуждениях. Это помогает выработать умение анализа и синтеза, способности к четкому и ясному изложению мыслей, логичному и аргументированному доказательству высказываний и положений.

Конспект лекций не должен представлять собой стенографическую запись её содержания. Необходимо прослушать, продумать, а затем записать высказанную лектором мысль. Дословно записывать лекцию нецелесообразно, так как в этом случае не хватает времени на обдумывание. Следует схватывать общий смысл каждого этапа или периода лекции и сжато излагать его в конспекте.

При конспектировании лекций по общественным и гуманитарным наукам важно правильно выбрать момент записи; тот момент, когда чувствуется, что преподаватель должен переходить к новому вопросу или разделу. В процессе этого перехода лектор обычно пользуется некоторыми связующими словами, Фразами или дополнительными комментариями к прочитанному, и запись может быть сделана без ущерба для дальнейшего понимания лекции.

В конспект следует заносить записи, зарисовки, выполненные преподавателем на доске, особенно если он показывает постепенное, последовательное развитие какого-то процесса, явления и т.п.

Надо стремиться записывать возникающие при слушании лекции мысли, вопросы, соображения, которые затем могут послужить предметом дальнейших рассуждений, а иногда и началом поисково-исследовательской работы. Для сокращения времени таких записей рекомендуется выбрать свою систему условий обозначений (восклицательный знак, знак вопроса, плюс, галочка и др.), которые следует проставлять на полях конспекта в тех местах,

где возник вопрос или появились какие-то соображения. Это помогает при проработке конспекта возвращаться к возникающим на лекции мыслям или сомнениям.

Если преподаватель при чтении лекции строго придерживается учебника или какого-то пособия, есть смысл содержания лекции не записывать, но записывать отдельные резюмирующие выводы или факты, которые не содержатся в учебной литературе. Опытные лекторы, как правило, громкостью, темпом речи, интонацией выделяют в лекции главные мысли и иллюстрированный материал, который достаточно прослушать только для справки. Поэтому надо внимательно вслушиваться в речь преподавателя и сообразно этому вести записи в конспекте.

Качество конспекта в значительной мере зависит от индивидуальных особенностей восприятия и памяти студента. Один в состоянии, слушать лекцию, делать краткие записи её содержания или выводов своими словами. Другим это не удастся. Им необходимо более строго и последовательно следить за мыслью лектора, воспроизводя не только содержание, но и структуру лекции, записывая при этом хотя бы отдельными словами основные доказательства, приводя наиболее важные факты и т.п.

Для ускорения процесса конспектирования рекомендуется, исходя из своих индивидуальных способностей, выбрать систему выполнения записи на лекциях, используя удобные для себя условные обозначения отдельных терминов, наиболее распространенных слов и понятий.

Для конспектов лекций целесообразно выделить отдельную общую тетрадь, в которой на каждой странице желательно оставлять поля примерно  $\frac{1}{4}$  часть её ширины. Эти поля можно использовать для записи вопросов, замечаний, возникающих в процесс слушания лекции, а также для вынесения дополнений к отдельным разделам конспекта в ходе проработке учебной и дополнительной литературы.

Надо понимать, что конспект лекций – это только вспомогательный материал для самостоятельной работы. Он не может заменить учебник, учебное пособие или другую литературу. Вместе с тем, хорошо законспектированная лекция помогает лучше разобраться в материале и облегчить его проработку.

Отдельные студенты считают, что лекции можно слушать не готовясь к ним. Да, слушать можно, но польза от этого не велика. В подавляющем большинстве случаев каждая последующая лекция опирается на ранее изложенные положения, выводы, закономерности, и предполагается, что аудитория все это усвоила. Незнание предыдущего материала очень часто является причиной плохого понимания излагаемого на лекции. По этой причине крайне необходимо готовиться к каждой лекции, прорабатывать конспект и рекомендованную литературу по прошлому материалу. Считается, что наиболее полезно прорабатывать лекцию в день её прослушивания, пока свежи впечатления и многое из услышанного, легко восстановиться в памяти.

### **Рекомендации по работе на практических занятиях**

Практические занятия - это форма коллективной и самостоятельной работы обучающихся, связанная с выполнением и проработкой различных заданий учебной программы. На практических занятиях более подробно раскрываются научное и практическое значение отдельных видов гимнастики, их задачи и перспективы дальнейшего развития. Студенты овладевают техникой выполнения гимнастических упражнений, терминологией, навыками страховки и оказания помощи, методами обучения и тренировки, приемами организации занятий, применения гимнастических упражнений в целях направленного воздействия на функции отдельных органов, систем и организма в целом,

формирования правильной осанки, развития двигательных, психических и личностных свойств занимающихся; повышают свою физическую подготовленность. В ходе занятий студенты овладевают системой методической подготовки, которая заканчивается учебной и школьной педагогической практикой.

Практические занятия играют большую роль в развитии обучающихся. Данная форма способствует формированию навыков и умений обучающихся, оперативно и четко применять свои знания.

Структура практического занятия может быть различной. Это зависит от учебно-воспитательных целей, уровня подготовленности обучающихся.

Эффективность семинара во многом зависит от подготовки к нему обучающихся.

Подготовку к практическому занятию необходимо начинать заблаговременно. Преподаватель сообщает тему, задачи занятия, распределяет задания, рекомендует дополнительные источники, проводит консультации.

Эффективность практического занятия зависит от умения обучающихся разрабатывать конспекты по методике проведения различных видов гимнастических упражнений. На консультациях он просматривает конспекты, отвечает на вопросы обучающихся, оказывает методическую помощь.

На занятиях обобщается пройденный материал; дается систематический обзор наиболее важных разделов курса гимнастики; рассматриваются методы изучения (оценки) и развития двигательных и психических способностей, необходимых для успешного овладения упражнениями, предусмотренными школьной программой и программой подготовки спортсменов-разрядников (от начального обучения до мастера спорта России). Эти занятия целесообразно проводить в спортивном зале с демонстрацией упражнений, методики обучения, страховки, помощи и др. Студенты получают задания по углубленному изучению отдельных вопросов в установленные преподавателем сроки. Содержание обзорно-методических занятий студенты конспектируют.

Успеваемость студентов проверяется в ходе занятий (текущий учет), на зачетах и на экзаменах.

Текущий учет представляет собой систематическую проверку качества выполнения изучаемых на занятиях индивидуальных и групповых упражнений, домашних заданий.

В зачетные требования (в объеме пройденной на каждом курсе программы) входят:

- 1) устный зачет по теории и методике преподавания гимнастики;
- 2) выполнение заданий по методической (учебной) практике;
- 3) практическое выполнение отдельных гимнастических упражнений и зачетных учебных комбинаций (содержание их определяется кафедрой на основе пройденного материала).

Экзамен предусматривает проверку теоретических знаний студентов по всему курсу гимнастики и практических навыков, поэтому осуществляется в два этапа. Практическая часть экзамена проводится в виде соревнований по программе, составленной кафедрой, теоретическая часть в соответствии с требованиями к учебному процессу в высшей школе.

Общая оценка выставляется с учетом результатов практической и теоретической частей экзамена.

Для студентов, избравших гимнастику основным видом спортивной специализации, изучение рассматриваемого курса должно логически сочетаться со спортивно-педагогическим совершенствованием и заканчиваться выполнением и защитой курсовой работы по гимнастике.

Написанием дипломной работы завершается подготовка учителя по физической культуре. Содержание ее предусматривает необходимость обобщения знаний, умений и навыков, полученных в процессе прохождения всех учебных дисциплин, выдвижения на их основе собственной идеи, ее теоретического и экспериментального обоснования. В ходе выполнения дипломной работы студенты должны:

- ✓ расширить и углубить свои знания в области теории и методики преподавания гимнастики;
- ✓ приобщиться к ведению самостоятельного исследования и научно-методической работы;
- ✓ овладеть методикой элементарного педагогического исследования;
- ✓ научиться самостоятельно, работать с первоисточниками по данной проблеме, анализировать и обобщать их содержание.

Тематика дипломных работ разрабатывается и утверждается на кафедре исходя из программы и содержания научных исследований, проводимых в университете.

На основании данной программы кафедра разрабатывает детальный план (график) изучения курса гимнастики, перечень домашних работ на каждом курсе, зачетные и экзаменационные требования.

### **Методические разработки кафедры (учебные пособия, методические указания)**

Самостоятельная работа проводится в соответствии с тематическим планом. Студенты получают задание самостоятельно изучить соответствующие темы учебной дисциплины и представить реферативный обзор литературы. Остальные студенты усваивают содержание данной темы без написания реферата. На аудиторных занятиях каждый из студентов выступает с кратким сообщением по заданной теме. Остальные студенты принимают активное участие в обсуждении темы. Контроль качества усвоения учебного материала по теме проводится в письменной форме с применением системы тестовых заданий.

Самостоятельная работа студентов осуществляется как во внеаудиторное время, так и в ходе занятий по дисциплине и включает в себя следующие формы:

- 1) Освоение лекционного и теоретического материала по изучаемым проблемам.
- 2) Работа с текстами: монографиями, учебниками, хрестоматиями, научными статьями.
- 3) Подготовка докладов и сообщений по теме.

Система текущего контроля включает:

- 1) Контроль посещения на занятиях и полнота лекционного материала.
- 2) Контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы.
- 3) Контроль знаний, усвоенных в данном курсе производится в форме контрольных работ, контрольных вопросов, выполнения техники легкоатлетических упражнений на практических занятиях.

Для контроля самостоятельной работы студентов могут быть использованы разнообразные формы, методы и технологии контроля.

Формы: тестирование, практические задания, мини-сочинения, дискуссионные вопросы, защита творческих работ, рефераты, круглый стол, контрольные работы.

Методы контроля: семинарские занятия по всему учебному материалу, коллоквиумы по темам «Педагогическая культура специалиста по ФКиС» и «Спорт как специфическая среда жизнедеятельности и формирования личности», деловая игра «Личность учителя ФК - пример для подражания», практические работы по всем изучаемым темам, собеседования, итоговый зачет;

Технологии контроля: ситуативная, рейтинговая оценка, самооценка.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов осуществляется в пределах времени, указанного в учебных планах на аудиторские учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов и проходит в письменной, устной или смешанной форме, с представлением конкретного продукта творческой деятельности студента. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении итогового контроля по дисциплине.

Общепедагогическими критериями оценки результатов организованной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала в аспекте компетенций;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление отчетного материала в соответствии с требованиями;
- творческий подход к выполнению самостоятельной работы;

Контрольная работа представляет реферативный обзор современной учебной и учебно-методической литературы по выбранной теме. В работе должен быть осуществлен сравнительный теоретический анализ знаний по рассматриваемой теме, имеющийся в учебниках, учебных и учебно-методических пособиях с последующим обобщающим заключением по каждому разделу работы. Объем работы – не менее 15 страниц.

Выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Студенту разрешается контрольную работу по дисциплине связать с курсовой работой.

#### **Структура контрольной работы:**

- 1) план;
- 2) теоретический обзор учебно-методической литературы;
- 3) заключение;
- 4) список литературы.

План отражает структурные основные элементы (разделы работы), которые в своей совокупности раскрывают содержание темы контрольной работы.

В теоретическом обзоре подробно раскрываются основные положения по каждому разделу работы, представленные в анализируемых литературных источниках, выделяются общие моменты, имеющиеся противоречия и то особенное, что имеется в том или ином литературном источнике. В работе должен быть осуществлен реферативный обзор не менее 10 литературных источников, при этом в тексте должны обязательно содержаться ссылки на эти источники. Текст, заимствованный из литературных источников, должен быть представлен в форме цитирования, заключен в кавычки с указанием номера (ов) страниц, на которых он содержится в соответствующем литературном источнике.

В заключении отражаются основные результаты теоретического анализа последовательно по каждому разделу.

Список литературы составляется в соответствии с требованиями ГОСТа.

Требования к оформлению: Работа должна быть набрана в текстовом редакторе Microsoft Word, шрифт 14, поля сверху и снизу – 2,5 см, справа – 1,5 см, слева – 3 см, интервал – полуторный.

### **Методические указания по написанию рефератов**

Цель реферата - проверка знаний студентов по основным разделам курса.

Новые технологии обучения, основанные на применении компьютеров, мультимедиа, аудиовизуальных материалов и т.д., позволяют значительно активизировать процесс овладения информацией, вовлекать студентов в работу по ее обработке, способствуют более глубокому освоению изученного материала. И все же основным, наиболее эффективным методом обучения была и остается работа с книгой. К сожалению, опыт показывает, что студенты, как правило, не умеют ориентироваться в сложной и многообразной литературе

по гуманитарным наукам, самостоятельно извлекать нужную информацию и правильно оформлять ее. Это ведет к противоречию с постоянно возрастающими требованиями к учебному процессу.

#### 1. Работа с книгой

В самостоятельной работе студентам приходится использовать литературу различных видов. Преподаватель помогает студентам в выработке навыков самостоятельного подбора необходимой литературы. При изучении гуманитарных дисциплин у студентов должно выработаться рационально-критический подход к изучаемым книгам и статьям. Он включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требует критического отношения. С другой стороны, каждый текущий вопрос имеет свою историю, которую тоже полезно знать. Слова, сказанные десять или сто лет еще могут иметь важное значение.

Чтобы глубоко понять содержание книги, нужно уметь рационально ее читать. Предварительный просмотр книги позволит решить вопрос, стоит ли ее читать, (предварительный просмотр включает ознакомление с титульным листом книги, аннотацией, предисловием, оглавлением).

Совет здесь прост: оглавление продумывается как задание по воссозданию теста, при этом свои мысли необходимо фиксировать на бумаге. Развивается концептуальное мышление, умение мыслить образно и свободно.

При ознакомлении с оглавлением необходимо выделить главы, разделы, параграфы, представляющие для вас интерес, бегло их просмотреть, найти места, относящиеся к теме (абзацы, страницы, параграфы), и познакомиться с ними в общих чертах.

Следующий этап работы с книгой - прочтение выделенных мест в быстром темпе. Цель быстрого чтения - определить, что ценного в каждой части, к какому вопросу доклада или реферата имеет отношение информация и что с ней делать, как применить, чем дополнить.

К отличительным элементам книги относятся сведения об авторе и заглавие книги, ее типе или жанре, сведения об ответственности (редакторах, организациях, участвовавших в подготовке издания т.д.), выходные данные, аннотации. Эти сведения, расположенные обычно на титульном листе и его обороте, помогают составить предварительное мнение о книге. Глубже понять содержание книги позволяют вступительная статья, послесловие, комментарии, списки литературы.

Предисловие знакомит с событиями эпохи, другими трудами автора, а также содержит справочно-информационный материал. При чтении книги, снабженной комментариями и примечаниями, не следует пренебрегать и этими элементами аппарата.

Многие научные книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые повышают информационную ценность издания и дают читателям возможность подобрать дополнительную литературу по данной тематике.

Если издание включает большое число материалов, ориентироваться в них помогают специальные указатели.

Научно-справочный аппарат, при умелом его использовании, способствует более глубокому усвоению содержанию книги.

Отдельный этап изучения книги - ведение записи прочитанного. Существует несколько форм ведения записей - план (простой и развернутый), выписки, тезисы, аннотации, резюме, конспект.

План, являясь наиболее краткой формой записи прочитанного, представляет собой перечень вопросов, рассматриваемых в книге или статье. Планом, особенно развернутым, удобно пользоваться при подготовке текста собственного выступления или статьи на какую-либо тему. Каждый пункт плана раскрывает одну из сторон избранной темы, а все пункты в совокупности охватывает ее целиком.



Более сложной и совершенной формой записей являются тезисы - сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Тезисы составляются после предварительного знакомства с текстом, при повторном прочтении. Они служат для сохранения информации в памяти и являются основой для дискуссии.

Аннотация - краткое изложение содержания - дает общее представление о книге, брошюре, статье. Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

### **Реферирование литературы**

Для всестороннего знакомства с литературой по избранной теме существенное значение имеет подготовка реферата. Реферат, понимаемый как изложение в письменной форме содержание книги, статьи, научной работы, создает возможность комплексно использовать приобретенные навыки работы с книгой, развивает самостоятельность мышления, умение анализировать явления действительности. Рефератом называют также доклады или письменные исследования на определенную тему, включающие критический обзор источников. В отличие от конспекта реферат требует несравненно большей творческой активности, самостоятельности в обобщении изученной литературы.

Рекомендуемый объем реферата - 20-25 страниц машинописного текста.

Академическая структура исследования такова:

1. Введение.
2. Глава 1. § 1, § 2.
3. Глава 2. § 1, §2.
4. Заключение.
5. Список использованной литературы.
6. Оглавление.

Названия работ, глав и параграфов не должны совпадать, название работы не должно быть громоздким (по возможности - от 3 до 5 слов).

Тему реферата предпочтительнее выбрать знакомую по ранее прочитанной литературе и представляющую интерес.

Важный этап работы над рефератом - отбор литературы. Затем составляется конкретный план, который согласуется с преподавателем. Завершающий этап - написание реферата на основе изучения и предварительной систематизации всех источников, повторного изучения собранного материала.

Схема подготовки реферата такова: чтение исходного текста - его анализ – выбор информативных фрагментов, их обобщение - создание нового текста (реферата), на последнем этапе производится синтезирование выделенной информации и завершается оформление текста реферата. Изложение должно быть цельным и логичным. Рассмотрение каждого пункта плана целесообразно завершать обобщением.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Наименование программы/ профиля	Количество зачетных единиц
Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым видам спорта: Гимнастика	Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование Направленность (профиль) образовательной программы: Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка) квалификация (степень): Бакалавр	<b>1</b>
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>		
Предшествующие: Методика преподавания гимнастики		
Последующие: Новые физкультурно-спортивные виды: атлетическая гимнастика; Новые физкультурно-спортивные виды: шейпинг		

<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>
Итого		<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	Конспекты лекций	1	3
	Выполнение акробатических элементов произвольной программы	15	20
	Запись комбинаций произвольной программы	5	10
	Доклад с презентацией	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя	1	2
Итого		<b>25</b>	<b>40</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	1	3
	Запись комбинаций произвольной программы	5	10
	Выполнение акробатических элементов	15	20

	произвольной программы		
	Индивидуальное задание: конспектирование методики обучения элементам	2	4
Промежуточный рейтинг-контроль	Контрольная неделя - тестирование	2	3
Итого		<b>25</b>	<b>40</b>

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы* Количество баллов 25 %		
		min	max
	экзамен		
Итого		<b>10</b>	<b>15</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Тема № 1, 2	Индивидуальное задание	3	5
Тема № 3, 4	Индивидуальное задание	3	5
Тема № 5	Индивидуальное задание	3	5
Тема № 6	Выполнение оригинальных упражнений на гимнастических снарядах	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 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.
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 № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ г.

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой Янова М.Г.



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

Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ г.

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 2019 г.

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 «4» мая 2022 г.

заведующая кафедрой

МПСДиНВС

Янова М.Г.



ОДОБРЕНО

на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)

Протокол № 9 от «19» мая 2022г.

Председатель НМС

Кондратюк Т.А.



**ФОНД**

**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**  
**ПО БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА: ГИМНАСТИКА**

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование  
(спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

Составители: Ветрова И.В., Люлина Н.В., Шевчук Ю.В.



## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

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

Направление подготовки: 44.03.05 «Педагогическое образование»  
(с двумя профилями подготовки)»

44.03.05 Физическая культура и дополнительное образование  
(спортивная тренировка)

Форма обучения очная

Квалификация и степень выпускника - бакалавр

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 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки)» Физическая культура и дополнительное образование (спортивная тренировка) с определением положительных результатов обучения и соответствия задачам будущей профессиональной деятельности выпускника 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 уровня овладения компетенциями. 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 (спортивной) направленности подкрепляется выступлениями обучающихся на семинарах, выполнением практических заданий, участием в работе круглых столов, выступлениями на конференциях.

Разработанные 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; определять их готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских (теоретических и практических) задач в области образования; выявлять 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 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки) «Физическая культура и дополнительное образование (спортивная тренировка)» соответствует требованиям, предъявляемым к данному типу учебно-методических материалов, и может быть использован при организации образовательного процесса по направлению подготовки 44.03.05 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: school148@mail.ru

Директор  Бушланова Ю.С.



## **1. Назначение фонда оценочных средств**

Целью создания ФОС дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по 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 направлениям 44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями подготовки.
- образовательных программ высшего образования по направлениям 44.03.05 Педагогическое образование, с двумя профилями подготовки.
- 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:**

- УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
- УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
- УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций
- ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов
- ПК-3. Способен организовать различные виды внеурочной деятельности для достижения обучающимися личностных и метапредметных результатов
- ПК-4. Способен организовать процесс обучения основным способам самоконтроля показателей физического здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и уровня развития физических качеств.

### Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМы
УК-3 УК-7 УК-8	Ориентировочный	«ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам»	Текущий контроль успеваемости	опрос
	Когнитивный	Педагогика высшей школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	Индивидуальное задание
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тест
	Рефлексивно-оценочный	«Методика преподавания гимнастики»	Промежуточная аттестация	зачет
ОПК-3 ПК-3 ПК-4	Ориентировочный	«ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам»	Текущий контроль успеваемости	опрос
	Когнитивный	Педагогика высшее школы, в части «познакомить»	Текущий контроль успеваемости	Индивидуальное задание
	Праксиологический	Педагогическая практика	Промежуточная аттестация	тест
	Рефлексивно-оценочный	«Методика преподавания гимнастики»	Промежуточная аттестация	экзамен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Оценочное средство - вопросы к текущему экзамену,

Критерии оценивания по оценочному средству – вопросы к экзамену,

Критерии оценивания по оценочному средству – тест

Компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов) удовлетворительно/зачтено
УК-3	Обучающийся на высоком уровне	Обучающийся на среднем уровне	Обучающийся на удовлетворительном

УК-7	демонстрирует владение рациональными приемами	использует рациональные приемы	уровне использует рациональные приемы
УК-8	самоорганизации и самообразования.	самоорганизации и самообразования	самоорганизации и самообразования.
ОПК-3	Обучающийся на высоком уровне способен выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;	Обучающийся на среднем уровне владеет необходимыми тестами для определения уровня физической и функциональной подготовленности	Обучающийся на удовлетворительном уровне владеет основами формирования двигательных действий и развития физических качеств;
ПК-3	Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	Владеет навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства	Владеет знаниями по основам теории и методики физического воспитания, используя специальную литературу
ПК-4	Владеет способами ориентирования в профессиональных источниках информации (журналы, сайты, образовательные порталы и т.д.); Владеет способами профессионального самопознания и саморазвития	Способен оперировать основными категориями психологических, педагогических и гимнастических знаний	Находит различия между психическими процессами, психическими состояниями и психическими свойствами личности.

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

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

- 1 - оформление библиографического списка по заданной теме;
- 2 - подготовка презентации доклада в Power Point;
- 3 – выполнение комбинаций произвольной программы 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	3

авторов, статьи, многотомные издания и т.д.)	
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 3– подготовка презентации доклада в Power Point.

<b>Критерии оценивания</b>	<b>Количество баллов (вклад в рейтинг)</b>
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>

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 7 - выполнение комбинаций произвольной программы 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**

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

### **4курс.**

ЗАДАНИЕ 1. Доклад с презентацией по заданной теме

ЗАДАНИЕ 2. Составление и описание комбинаций произвольной программы.

ЗАДАНИЕ 3. Практическое выполнение комбинаций произвольной программы.

### **Характеристика тест – билета:**

Количество заданий в тесте: 50

Время выполнения теста: 30 минут

Форма заданий: закрытая форма

Содержание теста:

## **Дисциплина – Методика преподавания гимнастики**

### **1 курс**

#### **юноши**

- 1.1.Стойка на голове (*вольные упражнения*)
- 1.2.Переворот боком (*вольные упражнения*)
- 1.3 Прыжок ноги врозь через коня в длину (*опорный прыжок*)
- 1.4.Подъем махом вперед из упора на руках (*брусья*)
- 1.5.Подъем переворотом (*перекладина*)

#### **девушки**

- 1.6.Мост из положения стоя (*вольные упражнения*)
- 1.7.Переворот боком «Колесо» (*вольные упражнения*)
- 1.8.Подъем переворотом (*брусья р/в*)
- 1.9.Спад (*брусья р/в*)
- 1.10.Прыжок ноги врозь через коня в ширину (*опорный прыжок*)

### **2 курс**

#### **юноши**

- 2.1.Стойка на руках (*вольные упражнения*)
- 2.2.Одноименный перемах правой (*конь – махи*)
- 2.3.Подъем силой (*кольца*)
- 2.4.Подъем махом назад (*брусья*)
- 2.5.Подъем разгибом (*перекладина*)
- 2.6.Прыжок согнув ноги через коня в длину (*опорный прыжок*)

#### **девушки**

- 2.7.Кувырок назад прогнувшись (*вольные упражнения*)
- 2.8.Подъем толчком двумя (*брусья р/в*)
- 2.9.Стойка на лопатках (*бревно*)
- 2.10.Прыжок согнув ноги через коня в ширину (*опорный прыжок*)

### **3 курс**

#### **юноши**

- 3.1.Рондат (*вольные упражнения*)

- 3.2.Оборот вперед согнувшись из упора (*кольца*)
- 3.3.Из упора на руках подъем разгибом (*брусья*)
- 3.4.Спад подъем разгибом (*перекладина*)
- 3.5.Прямое скрещение (*конь – махи*)
- 3.6.Прыжок ноги врозь через коня в длину толчком о ближнюю часть снаряда (*опорный прыжок*)

**девушки**

- 3.7.Прыжок боком через коня в ширину (*опорный прыжок*)
- 3.8.Оборот назад в упоре (*брусья р/в*)
- 3.9.Кувырок вперед в положение лежа на спине согнувшись (*бревно*)
- 3.10.Стойка на руках, кувырок вперед (*вольные упражнения*)

**4 курс**

**юноши**

- 4.1.Подъем разгибом с опорой на голову (*вольные упражнения*)
- 4.2.Соскок перемахом двумя (*конь – махи*)
- 4.3.Соскок переворотом ноги врозь (*кольца*)
- 4.4.Соскок махом вперед с поворотом (*брусья*)
- 4.5.Прыжок переворотом через коня в длину (*опорный прыжок*)
- 4.6.Оборот назад в упоре (*перекладина*)

**девушки**

- 4.7.Прыжок углом через коня в ширину (*опорный прыжок*)
- 4.8.Соскок дугой (*брусья р/в*)
- 4.9.Соскок переворотом боком (*бревно*)
- 4.10.Рондат (*вольные упражнения*)

**5 курс**

**юноши**

- 5.1.Переворот вперед с разбега (*вольные упражнения*)
- 5.2.Круг двумя (*конь – махи*)
- 5.3.Подъем разгибом (*кольца*)
- 5.4.Прыжок рондатом через коня в длину (*опорный прыжок*)
- 5.5.Кувырок назад прогнувшись (*брусья*)
- 5.6.Оборот вперед в упоре (*перекладина*)

**девушки**

- 5.7.Прыжок переворотом через коня в ширину (*опорный прыжок*)
- 5.8.Оборот вперед правой (левой)
- 5.9.С разбега махом одной толчком другой вскок на правую (левую) поперек бревна (*бревно*)
- 5.10. Переворот вперед на две (*вольные упражнения*)

№ п/п	№ дидактической единицы	№ темы задания	Вопросы и ответы	Номер верного ответа	Коэффициент сложности
<b>1 курс</b>					
1	1	1.1	<p>Юноши</p> <p style="text-align: center;"><b>Вольные упражнения</b></p> <p><b>Стойка на голове выполняется:</b> 1. опора распределяется равномерно на три точки опоры;</p>	1	1



	1	1.2	<p>2. опора только на руки; 3. опора только на голову</p> <p><b>Переворот боком выполняется:</b> 1. махом одной, толчком другой, лицом по направлению движения и поочередной постановкой рук на опору; 2. махом одной, толчком другой с одновременной постановкой рук, сгибаясь в тазобедренных суставах; 3. махом одной толчком другой, с поочередной постановкой рук, сгибаясь в тазобедренных суставах</p> <p><i>опорный прыжок</i></p>	1	2
	1	1.3	<p><b>Прыжок ноги врозь через коня в длину выполняется:</b> 1. толчком двух с одновременной постановкой рук на опору; 2. поочередным толчком ногами о мостик с одновременной постановкой рук на опору; 3. поочередным толчком ногами о мостик с поочередной постановкой рук на опору</p> <p><i>брусья</i></p>	1	1
	1	1.4	<p><b>Подъем махом вперед из упора на руках выполняется:</b> 1. из размахиваний в упоре на руках, хлестовым движением ногами вверх – вперед, энергично отталкиваясь плечами от жердей выйти в упор; 2. из размахиваний в упоре на руках с окончанием маха вперед, согнуться в тазобедренных суставах, энергичное разгибание с одновременным активным нажатием руками на жерди выйти в упор 3. из размахивания в упоре на руках, силой выйти в упор</p> <p><i>перекладина (высокая)</i></p>	1	2
	1	1.5	<p><b>Подъем переворотом выполняется:</b> 1. из виса согнуть руки, сгибаясь в тазобедренных суставах, поднести прямые ноги к перекладине, приближая таз к грифу, поднять плечи и выйти в упор; 2. из виса поднести прямые ноги к перекладине, переворотом назад, упор; 3. махом вперед, активно согнуться в тазобедренных суставах, разгибанием выйти в упор</p>	1	1
			<p><i>Девушки</i></p> <p><b>Вольные упражнения</b></p>		

2	1	1.6	<b>Мост из положения стоя выполняется:</b> 1.прогибаясь в спине, сгибая руки и ноги; 2.за счет прогиба в спине и сгибания ног; 3.за счет выведения бедер вперед, прогиба в спине и одновременной постановки рук	3	2
	1	1.7	<b>Переворот боком «Колесо» выполняется:</b> 1.махом одной толчком другой, лицом по направлению движения и поочередной постановкой рук на одной линии; 2. с одновременной постановкой рук, сгибаясь в тазобедренном суставе, махом одной толчком другой; 3.с поочередной постановкой рук, сгибаясь в тазобедренном суставе, махом одной толчком другой	1	2
	1	1.8	<b>Подъем переворотом выполняется:</b> 1.за счет толчка и активного сгибания рук; 2.поочередным толчком и махом с прямыми руками; 3.за счет маха и одновременного толчка, активно сгибая руки	3	2
	1	1.9	<b>Спад выполняется:</b> 1.за счет сгибания рук и подачи ног вперед; 2.за счет активного движения плечами назад на прямых руках, приходя в вис согнувшись, разгибом прийти в вис лежа н/ж 3.активным движением плечами назад на согнутых руках с отведением головы назад, опускаясь в вис лежа на н/ж	2	2
	1	1.10	<b>опорный прыжок</b> <b>Прыжок ноги врозь через коня в ширину выполняется:</b> 1.активным толчком с разведением ног и одновременным толчком руками; 2.активным толчком и разведением ног с поочередным толчком руками; 3.за счет активного толчка ногами с последующим разведением ног и сгибанием в тазобедренном суставе	1	1
			<b>2 курс</b>		
			<b>Юноши</b>		
3	1	2.1	<b>Вольные упражнения</b> <b>Выполнение стойки на руках</b>	1	2

			<p><b>выполняется:</b>  1.руки прямые, угол в плечевых суставах отсутствует, спина прямая;  2.руки прямые, угол в плечевых суставах не менее 30 градусов, спина прямая;  3.руки прямые, в спине прогнуться, угол в плечевых суставах отсутствует;</p>		
1	2.2		<p><b>конь – махи</b>  <b>Одноименный перемах правой</b>  <b>выполняется:</b>  1.руки прямые, спина прямая, ноги слегка согнуты;  2.руки согнуты, спина прямая, перемах как можно выше;  3.руки прямые, спина прямая, перемах как можно выше</p>	3	1
1	2.3		<p><b>кольца</b>  <b>Подъем силой выполняется:</b>  1.хватом сверху, кисти рук держать поближе друг к другу, локти разведены наружу, подтягиваясь выйти в упор;  2.глубокий хват, кисти рук держать поближе друг к другу, подтягиваясь быстро подать плечи вперед и выйти в упор;  3.хватом сверху, за счет мощного быстрого движения ногами назад и активного нажима на кольца вниз через стороны</p>	2	2
1	2.4		<p><b>брусья</b>  <b>Подъем махом назад выполняется:</b>  1.из размахивания в упоре на руках, энергичным хлестовым движением ног следует отталкивание руками от жердей, выход в упор;  2.из упора на руках, махом вперед поднять прямое тело и ноги над жердями, согнуться, выполняется разгибание быстрым и движением выйти в упор;  3.из размахивания в упоре на руках, силой выпрямить руки, выйти в упор</p>	1	1
1	2.5		<p><b>перекладина</b>  <b>Подъем разгибом выполняется:</b>  1.махом вперед согнуться в тазобедренных суставах, направляя стопы ног к грифу перекладины, активным разгибанием вверх – вперед, приближая таз к перекладине, упор;  2.из виса махом вперед согнуть руки, поднести таз к перекладине, выйти в</p>	1	3

	1	2.6	<p>упор; 3.из виса согнуть руки, переворотом выйти в упор</p> <p><b>опорный прыжок</b></p> <p><b>Прыжок согнув ноги через коня в длину выполняется:</b></p> <p>1.с одновременным сгибанием в тазобедренном и коленном суставах, с последующим толчком руками о дальнюю часть снаряда;</p> <p>2.с поочередным толчком и сгибанием ног и последующим толчком руками о ближнюю часть снаряда;</p> <p>3.с одновременным активным толчком ногами и поочередной постановкой рук и толчком о дальнюю часть снаряда</p>	1	2
4	1	2.7	<p><b>Девушки</b></p> <p><b>Вольные упражнения</b></p> <p><b>Кувырок назад прогнувшись выполняется:</b></p> <p>1.перекатом на лопатки с отведением рук в стороны, разгибаясь через стойку на плече с последующим перекатом через грудь и живот в упор на бедрах;</p> <p>2.перекатом в стойку на лопатки с одновременной постановкой рук к плечам, опускаясь в упор лежа на бедра;</p> <p>3.наклоняясь назад и одновременно поднимая ноги с отведением рук в стороны, выполнить перекат в положение лежа на животе</p>	1	2
	1	2.8	<p><b>брусья р/в</b></p> <p><b>Подъем толчком двумя выполняется:</b></p> <p>1.за счет одновременного толчка ногами, выхода в упор на в/ж через согнутые руки;</p> <p>2.из виса присев на н/ж выполняется за счет одновременного разгибания ног и надавливания прямыми руками на в/ж;</p> <p>3.за счет одновременного толчка руками и поочередного сгибания рук в упор на в/ж</p>	2	3
	1	2.9	<p><b>бревно</b></p> <p><b>Стойка на лопатках выполняется:</b></p> <p>1.хватом нижней плоскости бревна, локтями зажимая голову с прямым туловищем;</p> <p>2.хватом за боковую плоскость бревна, локти в стороны, туловище прямое;</p> <p>3.хватом прямыми руками за головой с незначительным сгибанием в тазобедренном суставе</p>	1	1

	1	2.10	<p align="center"><b>опорный прыжок</b></p> <p><b>Прыжок согнув ноги через коня в ширину выполняется:</b></p> <p>1. одновременным сгибанием в тазобедренном и коленном суставах, с последующим толчком руками;</p> <p>2. поочередным толчком и сгибанием ног с последующим толчком руками;</p> <p>3.одновременным активным толчком ногами с поочередной постановкой рук</p>	1	2
			<b>3 курс</b>		
			<b>Юноши</b>		
5	1	3.1	<p><b>Вольные упражнения</b></p> <p><b>Рондат выполняется:</b></p> <p>1.за счет наклона туловища и сгибания в тазу;</p> <p>2.за счет небольшого наклона туловища, без сгибания в тазобедренном суставе, с поочередной постановкой рук;</p> <p>3.за счет скорости разбега и быстрой постановки рук на пол;</p> <p>4.за счет сгибания толчковой ноги и активного маха другой ногой с поочередной постановкой рук</p>	2,4	3
	1	3.2	<p align="center"><b>кольца</b></p> <p><b>Оборот вперед согнувшись из упора</b></p> <p>1.без остановки за счет медленного сгибания рук и опускания плеч вперед вниз в вис согнувшись с последующим подъемом силой;</p> <p>2.за счет медленного опускания плеч вперед вниз в вис согнувшись, затем за счет резкого разгибания вперед подъем в упор;</p> <p>3.из размахиваний в упоре за счет резкого опускания плеч вперед вниз в вис согнувшись, затем за счет медленного подъема силой, не разгибаясь выйти в упор</p>	1	3
	1	3.3	<p align="center"><b>брусья</b></p> <p><b>Из упора на руках подъем разгибом в упор выполняется:</b></p> <p>1.из упора на руках согнувшись, за счет резкого разгибания и перевода тяжести тела в упор;</p> <p>2.из упора на руках махом вперед подъем в упор</p> <p>3.за счет резкого разгибания и перехода в вис</p>	1	2
			<p align="center"><b>перекладина</b></p> <p><b>Спад подъем разгибом выполняется:</b></p>		

	1	3.4	1.из упора опускание вперед в вис согнувшись, разгибанием вверх – вперед, упор; 2.из упора согнуть руки, силой перейти в вис согнувшись, разгибанием вверх – вперед, упор; 3.из упора, отводя плечи назад, прямыми руками перейти в вис согнувшись, разгибанием вверх – вперед, упор <i>конь – махи</i>	3	3
	1	3.5	<b>Прямое скрещение выполняется:</b> 1.из упора ноги врозь силой, сгибаясь в тазобедренном суставе; 2.из упора ноги врозь, перемещением веса тела на опорную руку и высокого маха; 3.из упора два последовательных перемаха, один из которых разнонаправленный, а другой – однонаправленный <i>опорный прыжок</i>	2	3
	1	3.6	<b>Прыжок ноги врозь толчком о ближнюю часть снаряда через коня в длину выполняется:</b> 1.с активным толчком и разведением ног с одновременным толчком руками о ближнюю часть снаряда; 2.с активным толчком и разведением ног, с поочередным толчком руками о ближнюю часть снаряда; 3.за счет активного толчка ногами и последующего их разведения со сгибанием в тазобедренном суставе, толчком руками о дальнюю часть снаряда	2	3
	1			1	3
6	1	3.7	<b>Девушки</b> <i>Опорный прыжок</i> <b>Прыжок углом через коня в ширину выполняется:</b> 1.с прямого разбега, одновременно толкаясь ногами, опорой руками о снаряд, с последующим переносом веса тела на одну руку, разогнувшись в тазобедренном суставе с приземлением спиной к снаряду; 2.с прямого разбега, одновременным толчком рук и ног с незначительным сгибанием туловища над снарядом; 3.с косого разбега, одновременным толчком рук и ног, сгибаясь в тазобедренных суставах, приземляясь	1	3

	1	3.8	<p>боком к снаряду</p> <p><b>брусья р/в</b></p> <p><b>Оборот назад в упоре выполняется:</b></p> <p>1.за счет отмаха назад, подавая плечи назад с одновременным сгибанием рук и движением ног вперед до положения упора;</p> <p>2.за счет активного маха назад, приближая тело к жерди, отводя плечи назад, подавая ноги вперед, завершая оборот в положении упора;</p> <p>3.за счет активного движения назад, сгибаясь в тазобедренном суставе прийти в упор</p>	2	3
	1	3.9	<p><b>бревно</b></p> <p><b>Кувырок вперед в положение лежа на спине согнувшись выполняется:</b></p> <p>1.Из упора присев, захватом о нижнюю плоскость бревна, зажимая голову локтями, приподнимая таз;</p> <p>2.руки ставя на верхнюю поверхность бревна, касаясь головой о снаряд, приподнимая таз выполнить элемент;</p> <p>3.хватом за боковую поверхность, выпрямляя ноги и ставя голову на макушку выполнить элемент</p>	1	3
	1	3.10	<p><b>вольные упражнения</b></p> <p><b>Стойка на руках, кувырок вперед:</b></p> <p>1.со стойки на руках, начиная падение вперед с прямыми руками и прямым туловищем, выполнить перекат вперед в группировке в упор присев;</p> <p>2.со стойки на руках, начиная падение вперед с прямыми руками и прямым туловищем выполнить кувырок вперед;</p> <p>3.со стойки на руках, сгибаясь в тазобедренном суставе и сгибая руки выполнить кувырок вперед</p>	1,2	3
			<b>4 курс</b>		
7	1	4.1	<p><b>Юноши</b></p> <p><b>Вольные упражнения</b></p> <p><b>Подъем разгибом с опорой на голову выполняется:</b></p> <p>1.за счет энергичного разгибания в тазобедренном суставе, одновременно толкаясь ногами;</p> <p>2.прямым туловищем без сгибания в тазобедренном суставе;</p> <p>3.за счет сильного толчка руками без разгибания в тазобедренном суставе</p> <p><b>конь – махи</b></p>	1	3

	1	4.2	<p><b>Соскок перемахом двумя выполняется:</b></p> <p>1.из упора ноги врозь, за счет активного перемаха ногой вперед через коня;</p> <p>2.из упора ноги врозь за счет сгибания в тазобедренном суставе, силой перенося обе ноги за снаряд;</p> <p>3.из упора ноги врозь, соединяя обе ноги, активным движением ногами по кругу с большой амплитудой сделать соскок с поворотом боком к снаряду</p>	3	2
	1	4.3	<p><b>Соскок переворотом ноги врозь выполняется:</b></p> <p>1.махом вперед, сгибаясь в тазобедренных суставах с последующим опусканием рук в положении вис согнувшись;</p> <p>2.махом вперед через вис прогнувшись ноги врозь, с последующим опусканием рук;</p> <p>3.из виса согнувшись, разгибание вверх – назад, опустить руки</p>	1,2	2
	1	4.4	<p><b>Соскок махом вперед с поворотом выполняется:</b></p> <p>1.махом вперед с переводом от О.Ц.Т. в сторону соскока с последующим поворотом и опорой на руку;</p> <p>2.махом вперед, толчком бедром о жердь;</p> <p>3.махом вперед, сгибаясь в тазобедренных суставах, сгибая опорную руку</p>	1	2
	1	4.5	<p><b>Прыжок переворотом через коня в длину выполняется:</b></p> <p>1.после разбега и толчка ногами, выполнить постановку рук на ближнюю часть снаряда, сгибаясь в тазобедренном суставе, выйти в стойку на руках, после чего выполнить вторую фазу полета и приземление;</p> <p>2.после разбега и толчка ногами, постановки рук на дальнюю часть снаряда, выполняя сгибание и разгибание туловища, закончить прыжок и приземлиться на расстоянии 1 м. от снаряда;</p>	3	3
		4.6	<p>3.после разбега и толчка ногами, быстро отвести их назад до слегка прогнутого положения, проходя через положение</p>		2



	1		<p>стойки на руках, выполнить отталкивание о дальнюю часть снаряда фазу полета и приземления</p> <p><b>перекладина</b></p> <p><b>Оборот назад в упоре выполняется:</b></p> <p>1.после отмаха назад, прижимая бедра к перекладине, плечи подаются назад, а ноги вперед не значительно сгибаясь в тазобедренном суставе, упор;</p> <p>2.после отмаха начать движение ногами вперед, на согнутых руках выполнить оборот;</p> <p>3.активно подавая плечи назад, на прямых руках, сгибаясь в тазобедренных суставах, прийти в упор</p>	1	
8	1	4.7	<p><b>Девушки</b></p> <p><b>Опорный прыжок</b></p> <p><b>Прыжок углом с косого разбега выполняется:</b></p> <p>1.с прямого разбега, толчком двумя, одновременной постановкой рук и приземлением спиной к снаряду;</p> <p>2.толчком одной, махом другой с соединением ног над снарядом с последовательной постановкой рук и приземлением боком к снаряду;</p> <p>3.толчком одной, махом другой с одновременной постановкой рук, выпрямлением туловища и приземлением лицом к снаряду</p>	2	2
	1	4.8	<p><b>брусья р/в</b></p> <p><b>Соскок дугой выполняется:</b></p> <p>1.первая половина соскока аналогична выполнению оборота назад в упоре, вторая часть заключается в полном разгибании тазобедренном суставе с отведением головы и рук назад и опусканием жерди;</p> <p>2.первая половина соскока аналогична выполнению оборота назад в упоре, а вторая выполняется за счет сгибания рук и опускания ног;</p> <p>3.первая половина соскока аналогична спаду назад, вторая выполняется за счет разгибания в тазобедренных суставах</p>	1	3
	1	4.9	<p><b>бревно</b></p> <p><b>Соскок переворотом боком выполняется:</b></p> <p>1.с конца бревна махом одной толчком другой, сгибаясь в тазобедренном суставе с одновременной постановкой</p>	3	2

	1	4.10	<p>рук;  2.с конца бревна махом одной толчком другой с небольшим наклоном туловища без сгибания в тазобедренном суставе с одновременной постановкой рук;  3.с конца бревна махом одной толчком другой с небольшим наклоном туловища без сгибания в тазобедренном суставе с поочередной постановкой рук</p> <p><b>вольные упражнения</b></p> <p><b>Рондат выполняется:</b>  1.махом одной толчком другой с небольшим наклоном туловища без сгибания в тазобедренном суставе с поочередной постановкой рук;  2.приземлением на 2 ноги;  3.за счет сгибания в тазобедренном суставе и одновременной постановкой рук</p>	1,2	3
			<b>5 курс</b>		
9	1	5.1	<p><b>Юноши</b></p> <p><b>Вольные упражнения</b></p> <p><b>Переворот вперед с разбега выполняется:</b>  1.одновременной постановкой рук, толчком руками, приземление на обе ноги;  2.после толчка руками должна присутствовать фаза полета;  3.за счет высокой скорости разбега и активного замаха ногами</p> <p style="text-align: center;"><b>конь – махи</b></p>	3	3
	1	5.2	<p><b>Круг двумя выполняется:</b>  1.за счет переноса тяжести тела на опорную руку и включением в работу мышц плечевого пояса и активного движения ногами по кругу с большой амплитудой;  2.за счет сгибания и разгибания тела в тазобедренном суставе;  3.за счет силы мышц живота, рук и ног</p> <p style="text-align: center;"><b>кольца</b></p>	1	3
	1	5.3	<p><b>Подъем разгибом выполняется:</b>  1.за счет перевода в упор плечевого пояса без разгибания в тазобедренном суставе;  2.за счет опускания ног и включения в работу мышц рук;  3.за счет резкого разгибания и перевода плечевого пояса из виса согнувшись в</p>	3	3

	1	5.4	<p>упор с прямыми ногами</p> <p><b>опорный прыжок</b></p> <p><b>Прыжок рондатом через коня в длину выполняется:</b></p> <p>1.за счет скорости полученной при разбеге, толчка ногами о мостик, маха ногами после толчка, одновременной постановки рук с фазой полета и приземлением на обе ноги;</p> <p>2.за счет скорости разбега, активного замаха ногами с одновременным поворотом на 180 градусов и одновременной постановкой рук на снаряд;</p> <p>3.за счет скоростного разбега, в замахах с разведением ног и толчком с согнутых рук</p>	2	3
	1	5.5	<p><b>брусья</b></p> <p><b>Кувырок назад прогнувшись выполняется:</b></p> <p>1.за счет маха ногами и переката плечами по снаряду, сгибания в тазобедренном суставе с широким разведением локтей и перехватом рук;</p> <p>2.за счет маха ногами и толчка руками;</p> <p>3.за счет широкой амплитуды движения и перехвата рук</p>	1	3
	1	5.6	<p><b>перекладина</b></p> <p><b>Оборот вперед в упоре выполняется:</b></p> <p>1.за счет поднятия плеч вверх – вперед и создания инерции для последующего движения по обороту;</p> <p>2.за счет скорости предшествующего элемента</p> <p>3.после отмаха вперед, плечи подаются вперед, голова несколько наклонена на грудь, прижимая бедра к перекладине, ноги отводятся назад, сгибаясь в тазобедренном суставе, активное движение головы и плеч вперед до положения упора</p>	3	3
10	1	5.7	<p><b>Девушки</b></p> <p><b>Опорный прыжок</b></p> <p><b>Прыжок переворотом через коня в ширину выполняется:</b></p> <p>1.После разбега и толчка ногами выполнить постановку рук на снаряд, сгибаясь в тазобедренном суставе, выйти в стойку на руках, после чего выполнить вторую фазу полета и приземления;</p> <p>2.После разбега и толчка ногами,</p>	3	3

			<p>постановки рук на снаряд выполнять сгибание и разгибание туловища, закончить прыжок и приземлиться на расстоянии 1 м. от снаряда;</p> <p>3. После разбега и толчка ногами, быстро отвести их назад до слегка прогнутого положения, проходя через положение стойки на руках, выполнить отталкивание руками, фазу полета и приземление</p>		
1	5.8		<p><b>брусья</b></p> <p><b>Оборот вперед правой (левой) выполняется:</b></p> <p>1. хватом сверху, приподнимая таз и правую ногу вперед, потянуться плечами вверх – вперед завершить оборот упором ноги врозь правой;</p> <p>2. хватом снизу, приподнимая таз и правую ногу вперед, потянуться плечами вверх – вперед, завершить оборот упором ноги врозь правой;</p> <p>3. хватом снизу, выполнить шаг правой с активным опусканием плеч вперед, завершая оборот и сгибая правую прийти в упор ноги врозь правой</p>	2	3
1	5.9		<p><b>бревно</b></p> <p><b>С разбега махом одной толчком другой</b> вскок на правую (левую) поперек бревна выполняется:</p> <p>1. шагом левой, махом правой, руки в стороны прийти в полуприсед на правую;</p> <p>2. с 2-3 шагов разбега толчком одной, махом другой и активным движением рук вперед прийти в стойку на правую (левую);</p> <p>3. с 2-3 шагов разбега махом одной, толчком другой с активным движением рук вперед, выполнить вскок в стойку на двух</p>	2	3
1	5.10		<p><b>вольные упражнения</b></p> <p><b>Переворот вперед на две выполняется:</b></p> <p>1. толчком двумя, пройдя положение стойки на руках, выполнить гимнастический мост, через согнутые ноги встать;</p> <p>2. через стойку на руках, с последующим сгибанием рук и ног прийти в положение «моста», активно толкаясь руками, встать;</p> <p>3. через стойку на руках, с последующим отведением плеч «вперед», прогибаясь, выполнить</p>	3	3

			гимнастический «мост» с последующим выведением бедер вперед и подниманием плеч		
--	--	--	--	--	--

**Таблица разделов**

№	Количество вопросов в разделе	Коэффициент сложности
1	5	1,2
2	5	1,2
3	6	1,2,3
4	4	1,2,3
5	6	2,3
6	4	3
7	6	2,3
8	4	2,3
9	6	3
10	4	3

Задания составлены на основе требований, предъявляемых государственным образовательным стандартом.

*Описание параметров заданий:*

- 1.1 Форма заданий: задания с выбором 1,2 правильных ответов из нескольких предложенных.
- 1.2. Уровень сложности: 1,2,3, балла.
- 1.3. Перечень проверяемых в данном наборе элементов: знание техники выполнения и методике их обучения.
- 1.4. Правила оценки заданий набора: за правильный ответ студент получает 1 балл, за неправильный ответ – 0 баллов.

## **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

### Педагогическое физкультурно - спортивное совершенствование по базовым видам: Гимнастика

Направление подготовки/специальность: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

по очной 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»	Индивидуальны й 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:

главной библиотекарь РОН  
(должность структурного подразделения)

(подпись)

Федотова А.А.  
(Фамилия И.О.)

21.06.2018  
(дата)



**КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Педагогическое физкультурно - спортивное совершенствование по базовым видам:**  
**Гимнастика**

для обучающихся образовательной программы

Направление подготовки/специальность:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями)

Направленность (профиль) или специализация образовательной программы:

Физическая культура и дополнительное образование (спортивная подготовка)

квалификация (степень): бакалавр

по очной 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	