

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение
высшего образования
«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ



Проректор по образовательной деятельности
Е.В. Суханова

«29» ноября 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА РЕКРЕАЦИИ И СПОРТИВНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА»

Направление подготовки:

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль):

«Спортивно-оздоровительный туризм»

Квалификация (степень) выпускника:

«Бакалавр»

Форма обучения:

Очная 3 курс 6 семестр

Год набора: 2024

Разработчик рабочей программы:

«Теории и методики циклических видов спорта»

Воронеж 2022

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
на заседании кафедры Теории и методики
циклических видов спорта
протокол № 1
от «1» сентября 2022 г.
Заведующий кафедрой
И.Н.Маслова
Руководитель ОПОП ВО
И.Н. Маслова

СОГЛАСОВАНО
на заседании учебно-методического совета
протокол № 1
от «20» октября 2022 г.
Начальник учебного отдела
В.Б. Маркина
Заведующая библиотекой
И.А. Цареградская

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Теория и методика рекреации и спортивно-оздоровительного туризма» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (приказ № 943 Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017г. зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16.10.2017 г. № 48565) и с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Авторы:

Глушко Т.С. - преподаватель кафедры теории и методики циклических видов спорта

Рецензенты:

Петренко М.Я. к.пед.н., доцент, профессор кафедры теории и методики циклических видов спорта

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	9
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	9
4. Содержание дисциплины	10
5. Фонд оценочных средств	32
6. Перечень основной и дополнительной литературы	75
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	75
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	76
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	76

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6

Профессиональные компетенции:

ПК-1. Способен разрабатывать и реализовывать образовательно-оздоровительные программы

ПК-2. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся и контроля результатов освоения.

ПК-3. Способен использовать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья, включая закаливание, двигательную рекреацию, правильное питание.

ПК-4. Способен проводить мониторинг физической подготовки, физического развития населения, спортивной подготовки занимающихся

ПК-5. Способен осуществлять координацию тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов

ПК-6. Способен организовать методическое сопровождение деятельности специалистов

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Код формируемой компетенции
Знания:	
<p style="text-align: center;">содержание и методику реализации образовательно-оздоровительных программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания</p> <p style="text-align: center;">- профориентационные возможности занятий избранным видом деятельности, основные подходы и направления работы, поддержки и сопровождения.</p>	ПК-1
<p style="text-align: center;">способы выявления интересов занимающихся в осваиваемой области оздоровительно- досуговой деятельности;</p> <p style="text-align: center;">- этические нормы в области физической культуры и спорта;</p> <p style="text-align: center;">- основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер занимающихся различного возраста;</p>	ПК-2
<p style="text-align: center;">– основы здорового образа жизни и его организации;</p> <p style="text-align: center;">- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом оздоровительной направленности;</p> <p style="text-align: center;">–</p>	ПК-3
<p style="text-align: center;">– основы физического развития ;</p> <p style="text-align: center;">- уровни физического состояния и здоровья в процессе занятий спортом;</p> <p style="text-align: center;">- методы определения физического развития населения</p>	ПК-4
<p style="text-align: center;">требования федеральных стандартов, определяющих программы</p>	ПК-5

<p>подготовки в соответствии с половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> - средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке, характеристику физиологической нагрузки, анатомо-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста, материально-техническое оснащение, погодные и гигиенические условия избранного вида деятельности; 	
<ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; <ul style="list-style-type: none"> - принципы, условия и задачи профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры и спорта 	ПК-6
Умения:	
<p>определять цели и задачи планирования занятий и (или) циклов занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности, разработки планов (сценариев) досуговых мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия; 	ПК-1
<p>правильно выбирать и применять виды и формы физкультурно-оздоровительной деятельности при организации досуговой деятельности и активного отдыха в организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать систему контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося с анализом полученных результатов; 	ПК-2
<p>планировать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять программы и планы мероприятий по поддержанию здоровья, определять их цели и задачи; - выявлять необходимость проведения корректировки методик по сопровождению мероприятий по поддержанию здоровья; 	ПК-3
<ul style="list-style-type: none"> - проводить оценку физического развития ; <ul style="list-style-type: none"> - составлять программы определения физического развития населения; - выявлять уровень физического состояния и здоровья в процессе занятий спортом; 	ПК-4
<p>проводить консультации с сотрудниками организаций различного типа и населением по вопросам координации тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить мероприятия по организационно-методической работе в спортивных коллективах; - составлять отчетную документацию при планировании, организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых 	ПК-5

мероприятий;	
анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов; - подбирать и применять базовые программы профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры и спорта	ПК-6
Навык и/или опыт деятельности:	
- разработки оздоровительных программ и учебно-методических материалов для их реализации - планирования и проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы;	ПК-1
анализа плана тренировочного занятия, выбора формы проведения тренировочного занятия; - разработки системы оценки достижения планируемых результатов освоения оздоровительных программ	ПК-2
проведения общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья; - регулирования физической нагрузки обучающихся, занимающихся; - соблюдения специальных санитарно-гигиенических требований, соблюдения правил техники безопасности при проведении занятий.	ПК-3
проведения мониторинга физической подготовки; - определения физического развития населения; - проведения мониторинга физического состояния и здоровья в процессе спортивной подготовки занимающихся.	ПК-4
планирования образовательного процесса, занятия и (или) циклов занятий с учетом: задач и особенностей оздоровительной программы; запросов занимающихся, возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; особенностей группы занимающихся; санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья занимающихся; - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; совместного с обучающимися просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов	ПК-5
систематизирования информации относительно организации и методического обеспечения работы; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;	ПК-6

<ul style="list-style-type: none">– разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности;– составления документов по проведению соревнований;- организации и методического сопровождения профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры и спорта.	
---	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Теория и методика избранного вида спорта (гимнастика)» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 1-4 курсах по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет, экзамен. На 1-5 курсах по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет, экзамен

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очное обучение									
Вид учебной работы	Всего часов	Курсы							
		I		II		III		IV	
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа преподавателей с обучающимися (всего)	332	42	42	44	44	38	44	38	40
В том числе:	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Лекции	140	16	16	18	18	18	18	18	18
Лабораторные, в т.ч. интерактивные занятия (ЛЗ)									
Практические занятия (ПЗ)	192	26	26	26	26	20	26	20	22
Самостоятельная работа (всего)	480	62	57	60	55	66	55	66	59
Контроль	52	4	9	4	9	4	9	4	9
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	-	3	Э	3	Э	3	Э	3	Э
Общая трудоемкость часы	864	108	108	108	108	108	108	108	108
зачетные единицы		3	3	3	3	3	3	3	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

4.1.1. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СР	Конт роль
I курс (1 семестр)						
1.	Введение в специальность. Гимнастика в системе физической культуры в России. История развития спортивной гимнастики в России.	4		6	20	
2.	Классификация спортивных видов гимнастики.	2		8	20	
3.	Гимнастическая терминология спортивной гимнастики.	4		10	26	
4.	Реализация дидактических принципов в процессе обучения спортивной гимнастикой.	4		10	24	

5.	Техника выполнения базовых упражнений на гимнастических снарядах и методика первоначального обучения.	4		14	20	
Всего часов по видам занятий		18		48	110	4
ИТОГО часов		180				
I курс (2 семестр)						
1.	Оборудование залов для занятий и средства обеспечения тренировочного процесса спортивной гимнастикой.	4		16	22	
2.	Обеспечение безопасности на занятиях по спортивной гимнастике.	4		14	24	
3.	Причины травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.	6		14	26	
4.	Основные разделы правил соревнований. Функции судей.	4		12	25	
Всего часов по видам занятий		18		56	97	9
ИТОГО часов		180				
II курс (3 семестр)						
1.	Методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям	4		8	20	
2.	Обучение упражнениям акробатической, хореографической, батутной, вращательной, прыжковой подготовки	4		14	26	
3.	Причины возникновения ошибок в процессе обучения гимнастическим упражнениям	2		8	20	
4.	Страховка и помощь при обучении гимнастическим элементам	4		8	20	
5.	Основы техники гимнастических упражнений	4		10	24	
Всего часов по видам занятий		18		48	110	4
ИТОГО часов		180				
II курс (4 семестр)						
1.	Развитие силовых способностей в спортивной гимнастике	4		10	20	
2.	Развитие гибкости в спортивной гимнастике	4		10	17	
3.	Развитие выносливости в спортивной гимнастике	4		10	20	
4.	Вестибулярная устойчивость и способы ее развития в спортивной гимнастике	4		16	20	
5.	Планирование, учет и контроль на занятиях спортивной гимнастикой	2		10	20	
Всего часов по видам занятий		18		56	97	9
ИТОГО часов		180				
III курс (5 семестр)						
1.	Основы НИРС и УИРС	6		12	28	
2.	Организация научной работы с применением инновационных технологий.	4		12	28	
3.	Физическая подготовка в спортивной гимнастике	4		12	28	
4.	Психологическая подготовка в спортивной	4		12	26	

	гимнастике					
Всего по видам занятий		18		48	110	4
ИТОГО часов		180				
III курс (6 семестр)						
1.	Техническая подготовка в спортивной гимнастике	6		16	25	
2.	Хореографическая подготовка в спортивной гимнастике	4		16	24	
3.	Тактическая и интеллектуальная подготовка в спортивной гимнастике	4		12	24	
4.	Гимнастика в детских образовательных учреждениях.	4		12	24	
Всего по видам занятий		18		56	97	9
Всего по видам занятий		180				
IV курс (7 семестр)						
1.	Организационно-методическая работа тренера	4		4	30	
2.	Реализация принципов спортивной тренировки, в спортивной гимнастике	4		12	30	
3.	Технические средства обучения в спортивной гимнастике	4		12	26	
4.	Особенности построения и проведения тренировочного занятия в спортивной гимнастике	2		14	10	
5	Основы судейства соревнований по спортивной гимнастике	2		2	6	
6	Тренировочные нагрузки в спортивной гимнастике	2		4	8	
Всего по видам занятий		18		48	110	4
ИТОГО часов		180				
IV курс (8 семестр)						
1.	Физическая и функциональная подготовка в группах начальной подготовки	4		10	24	
2.	Техническая подготовка в группах начальной подготовки	4		12	24	
3.	Психологическая подготовка в группах начальной подготовки	4		12	24	
4.	Хореографическая подготовка в спортивной гимнастике.	4		12	14	
5.	Организация проведение соревнований по спортивной гимнастике	2		4	17	
Всего по видам занятий		18		50	103	9
ИТОГО часов						

4.2.1 Наименование разделов (тем) и их краткое содержание (дневное обучение)

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
-------	--	--------------------	--------------------------------------

I курс (1 семестр)			
1.	Введение в специальность. Гимнастика в системе физической культуры в России. История развития гимнастики в России.	Введение в предмет «Теория и методика избранного вида спорта» (гимнастика). История становления и развития кафедры теории и методики гимнастики ВГИФК. История возникновения и развития гимнастики в мире и России. Советский период развития гимнастики. Место гимнастики в общей системе физического воспитания.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 10. Компьютерное тестирование.
2.	Классификация спортивных видов гимнастики.	Спортивные виды гимнастики: массовые спортивные виды и специализированные виды. Деятельность международной федерации гимнастики. Организационная основа международной федерации гимнастики. Верховный орган федерации. Исполнительный комитет и специальные комитеты: чрезвычайный, финансовый, организационные по проведению Кубка мира, олимпийского турнира, чемпионата мира среди юниоров, судейский, технический, дисциплинарный медицинский и др. Главные задачи международной федерации гимнастики - контроль за развитием гимнастики в регионах и оказание им материальной и методической помощи.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 4. Реферат. 10. Компьютерное тестирование.
3.	Гимнастическая терминология в спортивной гимнастике.	Комплексное и разностороннее влияние гимнастической терминологии на тренировочную деятельность и развитие основных физических качеств - быстроты, ловкости, выносливости, силы, повышения функциональных возможностей, формирования различных двигательных навыков. Массовая подготовка спортивных резервов сложнокоординационных видов спорта в СШОР.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 6. Разбор и анализ проведенного занятия. 8. Выполнение практических действий
4.	Реализация дидактических принципов в процессе обучения спортивной гимнастикой.	Реализация дидактических принципов в спортивной гимнастике. Взаимосвязь принципов обучения и основных закономерностей обучения. Особенности взаимодействия гимнастических упражнений. Методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей
5.	Техника выполнения базовых упражнений на гимнастических	Силовые упражнения, маховые упражнения. Общие основы техники упражнений на гимнастических снарядах: мужское многоборье (упражнения на коне, на кольцах, на брусьях, на	2. Наличие конспектов, записей. 7. Выполнение конкретных

	снарядах и методика первоначального обучения.	перекладине); женское многоборье (упражнения на брусьях разной высоты, на бревне); прыжки (характеристика и классификация прыжков, техника и методика обучения прыжкам, прикладные опорные прыжки, спортивные опорные прыжки); вольные упражнения (характеристика вольных упражнений, содержание вольных упражнений, обучение вольным упражнениям); акробатические упражнения.	заданий. 8. Выполнение практических действий
I курс (2 семестр)			
1.	Оборудование залов для занятий и средства обеспечения тренировочного процесса спортивной гимнастикой.	Гигиенические требования и правила эксплуатации спортивных залов. Характеристика гимнастических снарядов и вспомогательного оборудования. Правила эксплуатации спортивных залов и оборудования.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 4. Реферат.
2.	Обеспечение безопасности на занятиях по спортивной гимнастике.	Общие требования безопасности. Соблюдение правил обучения, четкая организация тренировочного процесса, высокая дисциплина направлены на обеспечение полной безопасности занимающихся на тренировках и соревнованиях.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей.
3.	Причины травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.	Характеристика травм при занятиях спортивной гимнастикой. Причины травматизма и меры их предупреждения. Роль страховки и помощи в предупреждении травм	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 3. Контрольная работа.
4.	Основные разделы правил соревнований. Функции судей.	Система соревнований по спортивной гимнастике, охватывающая все контингенты занимающихся - от детских до высших спортивных разрядов. Главный организационный принцип этой системы. Единый сводный календарный план и вопросы, связанные с проведением территориальных и ведомственных соревнований. Сводный календарный план региональных и городских соревнований с учетом соревнований, планируемых вышестоящими организациями.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 8. Выполнение практических действий.
II курс (3 семестр)			
1.	Методы и приемы обучения гимнастическим	Методы обучения гимнастическим упражнениям на различных этапах обучения. Приемы обучения гимнастическим	1. Опрос. 8. Выполнение практических

	упражнениям	упражнениям. Программированное обучение.	действий.
2.	Обучение упражнениям акробатической, хореографической, батутной, вращательной, прыжковой подготовки	Характеристика средств акробатической подготовки. Структура и содержание акробатической подготовки. Характеристика средств и обучение упражнениям хореографической подготовки. Обучение упражнениям батутной подготовки в гимнастике. Средства вращательной и прыжковой подготовки в гимнастике.	1. Опрос. 8. Выполнение практических действий.
3.	Причины возникновения ошибок в процессе обучения гимнастическим упражнениям	Характеристика типичных ошибок на видах гимнастического многоборья. Причины возникновения ошибок при обучении гимнастическим упражнениям. Методика исправления ошибок.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 6. Разбор и анализ проведенного занятия. 8. Выполнение практических действий.
4.	Страховка и помощь при обучении гимнастическим элементам	Характеристика помощи и страховки. Виды помощи и страховки. Помощь и страховка при обучении акробатическим упражнениям. Помощь и страховка при обучении упражнениям на гимнастических снарядах.	6. Разбор и анализ проведенного занятия. 7. Выполнение конкретных заданий.
5.	Основы техники гимнастических упражнений	Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе. Статические упражнения, равновесия. Условия и виды равновесия. Устойчивость при приземлениях. Основные кинематические характеристики гимнастических движений. Элементы динамики гимнастических движений.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 6. Разбор и анализ проведенного занятия. 7. Выполнение конкретных заданий.
II курс (4 семестр)			
1.	Развитие силовых способностей в спортивной гимнастике	Сила как физическое качество. Виды проявления силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике. Методика развития силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике. Средства силовой и скоростной подготовки в спортивной гимнастике	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 7. Выполнение конкретных заданий. 8. Выполнение практических действий.
2.	Развитие гибкости в спортивной	Гибкость как физическое качество. Виды гибкости и их связи.	1. Опрос. 2. Наличие

	гимнастике	Отношение пассивной гибкости и силовых качеств. Отношение активной гибкости и силовых качеств. Методика развития гибкости в спортивной гимнастике. Контроль за развитием гибкости.	конспектов, записей. 7. Выполнение конкретных заданий. 8. Выполнение практических действий.
3.	Развитие выносливости в спортивной гимнастике	Выносливость как двигательное качество. Развитие общей выносливости. Развитие силовой выносливости. Развитие специальной выносливости. Методика развития выносливости в спортивной гимнастике. Контроль за развитием выносливости.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 7. Выполнение конкретных заданий. 8. Выполнение практических действий.
4.	Вестибулярная устойчивость и способы ее развития в спортивной гимнастике	Понятие вестибулярная устойчивость. Способы развития вестибулярной устойчивости. Вращательная подготовка в спортивной гимнастике. Батутная и акробатическая подготовка в спортивной гимнастике. Средства и содержание вращательной и двигательной подготовки в спортивной гимнастике	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 7. Выполнение конкретных заданий.
5.	Планирование, учет и контроль на занятиях спортивной гимнастике	Планирование и учет в спортивной гимнастике. Документы планирования тренировочной работы по спортивной гимнастике. Виды учета тренировочной работы по спортивной гимнастике. Формы контроля тренировочной работы по спортивной гимнастике.	1. Опрос. 2. Наличие конспектов, записей. 5. Конспект проведения практического занятия.
III курс (5 семестр)			
1.	Основы НИРС и УИРС	Проблема НИР. Вопросы гимнастики, требующие исследования. Выбор темы. Актуальность исследования. Гипотеза. Определение цели и задач. Планирование и проведение исследования.	1. Опрос, 3. Контрольная работа.
2.	Организация научной работы с применением инновационных технологий.	Особенности современного развития спорта высших достижений. Основные направления совершенствования подготовки спортсменов на современном этапе. Современные тенденции развития	1. Опрос, 4. Реферат.

		спортивных видов гимнастики. Достижения в сфере инновационных спортивных технологий.	
3.	Физическая подготовка в спортивной гимнастике	Предмет физической и функциональной подготовки и основные термины. Двигательные качества в гимнастике. Методика воспитания двигательных качеств в гимнастике. Организационно-методические основы физической и функциональной подготовки в гимнастике.	1. Опрос, 8. Выполнение практических действий.
4.	Психологическая подготовка в спортивной гимнастике	Психологические особенности спортивной гимнастики. Психологический аспект работы тренера. Личность и диагностика психических качеств гимнаста. Методы психодиагностики. Психология тренировки и соревнований в гимнастике. Психология общения в гимнастике.	1. Опрос, 4. Реферат.
III курс (6 семестр)			
1.	Техническая подготовка в спортивной гимнастике	Предмет и задачи технической подготовки. Содержание технической подготовки. Понятие специализированной технической подготовки. Содержание специальной технической подготовки. Методика специальной технической подготовки. Планирование и контроль технической подготовки.	1. Опрос, 8. Выполнение практических действий.
2	Хореографическая подготовка в спортивной гимнастике	Значение и место хореографии в становлении мастерства в гимнастике. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии. Этапы хореографической подготовки. Задачи урока хореографии. Классификация уроков хореографии. Структура урока хореографии. Принципы построения урока хореографии. Музыка в уроке хореографии.	5. Конспект проведения практического занятия. 6. Разбор и анализ проведенного занятия.
3.	Тактическая и интеллектуальная подготовка в спортивной гимнастике	Тактика и тактические действия в гимнастике. Фазы тактического действия. Цель и задачи тактической подготовки. Основные положения методики тактической подготовки. Тактическая подготовка в тренировочном процессе. Основы интеллектуальной подготовки.	1. Опрос, 2. Наличие конспектов, записей.
4.	Гимнастика в	Гимнастика – средство здорового образа	1. Опрос,

	детских образовательных учреждениях.	жизни. Анатомо-физиологическая характеристика и психологические особенности детей дошкольного возраста. Развитие двигательных способностей детей дошкольного возраста. Характеристика средств, используемых в области физической культуры дошкольных учреждений. Применение гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста.	2. Наличие конспектов, записей. 3. Контрольная работа.
IV курс (7 семестр)			
1.	Организационно-методическая работа тренера	Особенности профессии тренера. О цели деятельности. Знания, умения, навыки тренера. Деловые и личные контакты тренера. Педагогические способности тренера. Специализация тренеров.	1.Опрос
2.	Реализация принципов спортивной тренировки, в спортивной гимнастике	Характеристика основных принципов тренировки в спортивной гимнастике. Структура и периодизация тренировочного процесса в спортивной гимнастике.	1.Опрос
3.	Технические средства обучения в спортивной гимнастике	Значение применения технических средств в гимнастике. Классификация технических средств, устройств и тренажеров. Характеристика вспомогательных снарядов и устройств. Применение технических устройств в видах многоборья.	1.Опрос
4.	Особенности построения и проведения тренировочного занятия в спортивной гимнастике	Структура занятия по спортивной гимнастике. Цель и задачи тренировочных занятий по спортивной гимнастике Основные средства и содержание тренировочного занятия.	1.Опрос
5	Основы судейства соревнований по спортивной гимнастике	Права и обязанности судей. Сбавки за ошибки. Состав главной судейской коллегии. Состав судейских бригад.	1.Опрос
6	Тренировочные нагрузки в спортивной гимнастике	Понятие о внешней и внутренней нагрузке. Параметры (единицы) нагрузки. Методика контроля (измерения) тренировочной нагрузки. Модель соревновательной нагрузки.	1.Опрос

		Факторы лимитирующие нагрузку.	
IV курс (8 семестр)			
1.	Физическая и функциональная подготовка в группах начальной подготовки	Анатомо-физиологические и психологические особенности детей дошкольного возраста. Развитие основных физических качеств. Основные задачи физической подготовки, при работе с группами начальной подготовки. Упражнения общей физической подготовки. Упражнения специальной физической подготовки.	1. Опрос, 8. Выполнение конкретного учебного задания.
2.	Техническая подготовка в группах начальной подготовки	Предмет и задачи технической подготовки в гимнастике Содержание технической подготовки. Понятие специализированной технической подготовки. Содержание специальной технической подготовки Методика специальной технической подготовки. Планирование и контроль технической подготовки.	6. Конспект проведения практического занятия. 9. Практических действий.
3.	Психологическая подготовка в группах начальной подготовки.	Общая характеристика психологической подготовки в группах начальной подготовки Задачи психологической подготовки в группах начальной подготовки.	1. Опрос. 2. Собеседование.
4.	Хореографическая подготовка в группах начальной подготовки	Этапы хореографической подготовки в группах начальной подготовки. Базовая хореографическая подготовка. Хореографическая подготовка гимнастов мужчин. Материал в группах начальной подготовки.	6-конспект проведения практического занятия, 7- разбор и анализ отдельной части учебного занятия
5.	Организация проведение соревнований по спортивной гимнастике	Виды соревнований. Программа соревнований. Организационные мероприятия по предварительной подготовке к соревнованиям. Проведение соревнований. Подведение итогов соревнования. Составление отчета о соревнованиях.	1.Опрос. 8-выполнение конкретного учебного задания, 10 – тестирование.

Примечание:

1. Опрос.
2. Наличие конспектов, записей.
3. Контрольная работа.
4. Реферат.
5. Конспект проведения практического занятия.
6. Разбор и анализ проведенного занятия.
7. Выполнение конкретных заданий.
8. Выполнение практических действий.
9. Собеседование.

10. Компьютерное тестирование.

Примечание:

1. Опрос.
2. Наличие конспектов, записей.
3. Контрольная работа.
4. Реферат.
5. Конспект проведения практического занятия.
6. Разбор и анализ проведенного занятия.
7. Выполнение конкретных заданий.
8. Выполнение практических действий.
9. Собеседование.
10. Компьютерное тестирование.

4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
ПК - 1	<p>01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> содержание и методику реализации образовательно-оздоровительных программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания - профориентационные возможности занятий избранным видом деятельности, основные подходы и направления работы, поддержки и сопровождения. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> определять цели и задачи планирования занятий и (или) циклов занятий, направленных на освоение избранного вида деятельности, разработки планов (сценариев) досуговых мероприятий; - планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> разработки оздоровительных программ и учебно-методических материалов для их реализации - планирования и проведения занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия по утвержденным программам и методикам физического воспитания с учетом возрастного состава группы;
ПК-2	<p>01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> способы выявления интересов занимающихся в осваиваемой области оздоровительно- досуговой деятельности; - этические нормы в области физической культуры и спорта; - основные характеристики, методы педагогической диагностики и развития ценностно-смысловой, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной, интеллектуальной, коммуникативной сфер занимающихся различного возраста; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> правильно выбирать и применять виды и

		<p>формы физкультурно-оздоровительной деятельности при организации досуговой деятельности и активного отдыха в организациях;</p> <p>- использовать систему контроля и оценки уровня физической и функциональной подготовленности занимающегося с анализом полученных результатов;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>анализа плана тренировочного занятия, выбора формы проведения тренировочного занятия;</p> <p>- разработки системы оценки достижения планируемых результатов освоения оздоровительных программ</p>
ПК - 3	<p>01.003</p> <p>«Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</p>	<p>Знает:</p> <p>– основы здорового образа жизни и его организации;</p> <p>- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении тренировочных занятий с учетом оздоровительной направленности;</p> <p>Умеет:</p> <p>планировать общеукрепляющие и оздоровительные мероприятия по поддержанию здоровья;</p> <p>- составлять программы и планы мероприятий по поддержанию здоровья, определять их цели и задачи;</p> <p>- выявлять необходимость проведения корректировки методик по сопровождению мероприятий по поддержанию здоровья;</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>проведения общеукрепляющих и оздоровительных мероприятий по поддержанию здоровья;</p> <p>- регулирования физической нагрузки обучающихся, занимающихся;</p> <p>- соблюдения специальных санитарно-гигиенических требований, соблюдения правил техники безопасности при проведении занятий.</p>
ПК – 4	<p>01.003</p> <p>«Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической</p>	<p>Знает:</p> <p>– основы физического развития ;</p> <p>- уровни физического состояния и здоровья в процессе занятий спортом;</p> <p>- методы определения физического развития населения</p> <p>Умеет:</p> <p>проводить оценку физического развития ;</p>

	работе в области физической культуры и спорта»	<ul style="list-style-type: none"> - составлять программы определения физического развития населения; - выявлять уровень физического состояния и здоровья в процессе занятий спортом; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> проведения мониторинга физической подготовки; - определения физического развития населения; - проведения мониторинга физического состояния и здоровья в процессе спортивной подготовки занимающихся.
ПК - 5	<p>01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> требования федеральных стандартов, определяющих программы подготовки в соответствии с половозрастными и индивидуальными особенностями занимающихся; - средства и методы тренировки по общей физической и специальной подготовке, характеристику физиологической нагрузки, анатомию-морфологические особенности занимающихся различного пола и возраста, материально-техническое оснащение, погодные и гигиенические условия избранного вида деятельности; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> проводить консультации с сотрудниками организаций различного типа и населением по вопросам координации тренировочного, физкультурно-оздоровительного и образовательного процессов; - проводить мероприятия по организационно-методической работе в спортивных коллективах; - составлять отчетную документацию при планировании, организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> планирования образовательного процесса, занятия и (или) циклов занятий с учетом: задач и особенностей оздоровительной программы; запросов занимающихся, возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения; фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся; особенностей группы

		<p>занимающихся; санитарно-гигиенических норм и требований охраны жизни и здоровья занимающихся;</p> <p>– проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; совместного с обучающимися просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов</p>
ПК - 6	<p>01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</p> <p>05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; - нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг; - нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования и физической культуры и спорта; - принципы, условия и задачи профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры и спорта <p>Умеет:</p> <p>анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать и применять базовые программы профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры

		<p>и спорта Имеет опыт: систематизирования информации относительно организации и методического обеспечения работы; - разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника; - разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности; - составления документов по проведению соревнований; - организации и методического сопровождения профессиональной подготовки тренеров, тренеров-преподавателей, специалистов физкультурно-спортивных организаций, инструкторов по спорту, волонтеров в области физической культуры и спорта.</p>
--	--	--

5.2. Типовые задания для текущего контроля

Разбор и анализ практического занятия

- Тема занятия.
- Цель занятия.
- Задачи занятия.
- Форма проведения занятия.
- Средства и методы, используемые в процессе занятия.
- Предполагаемый результат.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» - отсутствие ошибок в написании конспекта, незначительные отклонения в изложении подготовительной и заключительной частях занятия;
- оценка «хорошо» - несущественные ошибки в оформлении конспекта и в проведении подготовительной и заключительной частях занятия;
- оценка «удовлетворительно» - ошибки в оформлении конспекта и в проведении основной части занятия, в подготовительной и заключительной частях;
- оценка «неудовлетворительно» - отсутствие конспекта, грубые ошибки в проведении различных частей занятия.

Примерные темы устных, письменных опросов

Тематика устных, письменных опросов соответствует с тематикой лекционного материала (см. пункт 4.1.).

Критерии оценки:

«5» баллов - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

«4» балла – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный

материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

«3» балла - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

«2» балла - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал, неявка на контрольную работу.

Примерные темы выполнения конкретных заданий

Предполагает выполнение студентом практических действий:

1. Демонстрация строевых упражнений – направлена на приобретение умений организовывать занимающихся для проведения занятий физическими упражнениями; навыков, терминологией, применяемой в профессиональной деятельности.

2. Освоение базовых упражнений на снарядах гимнастического многоборья, опорных и акробатических прыжках:

3. Акробатика – разновидности кувырков, переворотов, простых сальто.

4. Конь-махи – махи, перемахи, круги, скрещения, выходы, переходы.

5. Кольца – выкруты, подъемы, обороты, стойки на руках, соскоки переворотом.

6. Опорный прыжок – ноги врозь, согнув ноги, согнувшись, согнув ноги назад, летом, переворотом вперед и боком.

7. Брусья// – подъемы (махом вперед и назад, разгибом), стойка на руках, повороты (в стойке, махом вперед и назад), соскоки (махом вперед с поворотом, махом назад через стойку, сальто вперед).

8. Перекладина – махи, подъемы (верхом, разгибом, махом назад), обороты (верхом, назад и вперед из упора), большой оборот, соскоки (сальто назад, дугой).

9. Брусья р/в – размахивания, подъемы (верхом, разгибом), обороты (верхом, назад и вперед из упора), соскоки (сальто назад, дугой) мах дугой.

10. Бревно – кувырки, перевороты, передвижения, повороты, соскоки (перевороты, сальто).

Критерии оценки:

«5» баллов - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

«4» балла – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

«3» балла - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

«2» балла - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал, неявка на контрольную работу.

Контрольные нормативы по технической подготовке, судейство

Предлагает выполнение студентом практических действий:

1. Демонстрация техники элементов на кольцах;

2. Демонстрация техники элементов на перекладине;

3. Демонстрация техники элементов на брусьях //, р/в;

4. Демонстрация техники элементов на опорном прыжке;

5. Демонстрация техники элементов на бревне;

6. Демонстрация техники элементов на акробатике.

Критерии оценки:

Необходимо набрать по результатам выполнения контрольных упражнений не менее 3 баллов за каждый элемент на гимнастическом снаряде (таблица 1).

Таблица 1

Критерии оценивания результатов выполнения контрольных упражнений

Контрольные упражнения	Оценка в баллах				
	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Демонстрация техники элементов на кольцах	5	4	3	2	1
Демонстрация техники элементов на перекладине	5	4	3	2	1
Демонстрация техники элементов на брусьях //, р/в	5	4	3	2	1
Демонстрация техники элементов на опорном прыжке	5	4	3	2	1
Демонстрация техники элементов на бревне	5	4	3	2	1
Демонстрация техники элементов на акробатике	5	4	3	2	1
Оценка	без ошибок	с мелкими ошибками	со значительными ошибками	с грубыми ошибками	невыполнение элемента
	отлично	очень хорошо	хорошо	удовлетворительно	посредственно

Примерные тестовые задания**I курс**

- Сколько существует видов гимнастики?
 - 1;
 - 2;
 - 3*;
 - 4.
- Сколько снарядов в женской спортивной гимнастике?
 - два;
 - три;

- 3) четыре*;
 4) пять.
3. Сколько снарядов в мужской спортивной гимнастике?
 1) 3;
 2) 4;
 3) 5;
 4) 6*.
4. Что не относится к спортивным видам гимнастики?
 1) спортивная гимнастика;
 2) ритмическая гимнастика*;
 3) художественная гимнастика;
 4) спортивная акробатика.
5. Откуда произошло название «гимнастика»?
 1) от слова «гимназия» – помещение, где выполняли упражнения;
 2) от слова «гимн» – музыкальное произведение, исполняемое на открытии соревнований;
 3) от слова «гимнос» – обнаженный*.
6. Каков размер гимнастического ковра?
 1) 8×8;
 2) 10×10;
 3) 12×12*;
 4) 14×14.
7. Группировка – это
 1) положение, согнув ноги;
 2) положение с захватом голени руками;
 3) положение с круглой спиной и захватом согнутых ног руками за голени*;
 4) упор присев.
8. К каким видам относится атлетическая гимнастика?
 1) образовательно-развивающим*;
 2) оздоровительным;
 3) спортивным.
9. Какие физические качества развивает атлетическая гимнастика?
 1) ловкость;
 2) гибкость;
 3) силу*;
 4) выносливость.
10. С какого возраста рекомендуется заниматься атлетической гимнастикой?
 1) с 10 лет;
 2) с 12 лет;
 3) с 14 лет;
 4) с 16 лет*.
11. Сколько основных средств существует в гимнастике?
 1) 5;
 2) 6;
 3) 7;
 4) 8*;
12. Какие виды гимнастики из перечисленных можно назвать нетрадиционными?
 1) а) атлетическая; б) лечебная; в) женская;
 2) а) шейпинг; б) аэробика; в) стретчинг*;
 3) а) спортивная гимнастика; б) спортивная аэробика.
13. Для чего применяются технические средства в гимнастике?

- 1) для облегчения выполнения упражнений;
- 2) для ускорения процесса обучения*;
- 3) для затруднения выполнения упражнения;
- 4) для отработки рабочих навыков.

14. Сколько основных дидактических принципов реализовалось при обучении упражнениям?

- 1) 5*;
- 2) 7;
- 3) 4.

15. Сколько основных дидактических принципов реализовалось при обучении упражнениям?

- 1) 5*;
- 2) 7;
- 3) 4.

16. Что не относится к спортивным видам гимнастики?

- 1) спортивная гимнастика;
- 2) ритмическая гимнастика*;
- 3) художественная гимнастика;
- 4) спортивная акробатика.

17. Группировка – это

- 1) положение, согнув ноги;
- 2) положение с захватом голени руками;
- 3) положение с круглой спиной и захватом согнутых ног руками за голени*;
- 4) упор присев.

18. Многообразие гимнастических упражнений в зависимости от их специфической направленности объединяется в самостоятельные виды гимнастики. Сколько видов гимнастики на сегодняшний момент существует?

- 1) Два
- 2) Три *
- 3) Четыре

19. Сколько видов включает в себя оздоровительные виды гимнастики?

- 1) Два
- 2) Три
- 3) Четыре
- 4) Пять*

20. Сколько видов включает в себя образовательно-развивающие виды гимнастики?

- 1) Два
- 2) Три
- 3) Четыре*
- 4) Пять

21. Сколько видов включает в себя спортивные виды гимнастики?

- 1) Два
- 2) Три*
- 3) Четыре
- 4) Пять

22. Спортивная гимнастика содержит упражнения мужского многоборья. Сколько видов в мужском многоборье?

- 1) Четыре
- 2) Пять
- 3) Шесть*
- 4) Семь

23. Спортивная гимнастика содержит упражнения женского многоборья. Сколько видов в женском многоборье?

- 1) Два
- 2) Три
- 3) Четыре*
- 4) Пять

24. Сколько групп входит в классификацию строевых упражнений?

- 1) Четыре*
- 2) Пять
- 3) Шесть
- 4) Семь

25. Сколько существует строевых приемов?

- 1) Два
- 2) Три
- 3) Четыре
- 4) Девять*

II курс

1. В скольких кинематических формах существуют гимнастические упражнения?

- 1) 6*;
- 2) 5;
- 3) 4.

2. Сколько известно видов статического равновесия тела гимнаста?

- 1) 2;
- 2) 4*;
- 3) 5.

3. Сколько основных задач структурного анализа гимнастического движения существует?

- 1) 8;
- 2) 5*;
- 3) 6.

4. Сколько существует стадий действия гимнастического упражнения;

- 1) 4;
- 2) 2;
- 3) 3*.

5. На сколько категорий делились упражнения, выполняемые на гимнастических снарядах?

- 1) 2*;
- 2) 3;
- 3) 4.

6. Сколько этапов можно выделить при создании предварительного представления о движении?

- 1) 2;
- 2) 3*;
- 3) 4.

7. Сколько основных дидактических принципов реализовалось при обучении упражнениям?

- 1) 5*;
- 2) 7;
- 3) 4.

8. Сколько существует основных методов при обучении гимнастическим

упражнениям?

- 1) 6;
- 2) 3*;
- 3) 2.

9. Сколько существует этапов при отборе для занятий спортивной гимнастикой?

- 1) 3*;
- 2) 4;
- 3) 5.

10. Сколько видов отбора существует для занятий спортивной гимнастикой?

- 1) 5;
- 2) 2;
- 3) 3*.

11. Сколько сформировалось основных методологических положений спортивной ориентации и отбора:

- 1) 3*;
- 2) 2;
- 3) 5.

12. Сколько индивидуальных признаков спортсмена и его особенностей относится к первой группе факторов («личность спортсмена»), которые могут повлиять на успешность спортивного мастерства?

- 1) 3;
- 2) 6*;
- 3) 10.

13. Сколько индивидуальных признаков спортсмена и его особенностей относится ко второй группе факторов («тренер»), которые могут повлиять на успешность спортивного мастерства?

- 1) 2;
- 2) 5;
- 3) 7*.

14. Сколько индивидуальных признаков спортсмена и его особенностей относится к третьей группе факторов («социальная среда»), которые могут повлиять на успешность спортивного мастерства?

- 1) 6*;
- 2) 8;
- 3) 9.

15. Сколькими методами пользуются тренеры при организации проведении отбора для занятий спортивной гимнастикой?

- 1) 4;
- 2) 3*;
- 3) 5.

16. Сколько факторов пригодности детей к занятиям спортивной гимнастикой является объектом внимания тренера?

- 1) 4*;
- 2) 6;
- 3) 8.

17. Сколько задач спортивного прогнозирования существует?

- 1) 2;
- 2) 3*;
- 3) 4.

18. Сколько методических принципов спортивного прогнозирования существует?

- 1) 6;

- 2) 7;
- 3). 8*.

19. Исходя из классификации, сколько различают особенностей спортивного прогнозирования?

- 1) 6*;
- 2) 3;
- 3). 5.

20. Сколько стадий имеет спортивное прогнозирование?

- 1) 2;
- 2) 3*;
- 3). 4.

III курс

1. Сколько подготовок соревнований существует:

- 1) 2;
- 2) 4;
- 3) 3.*

2. Размер гимнастического ковра без учёта зоны безопасности:

- 1) 12x12*;
- 2) 13x13;
- 3) 14x14.

3. Длина разбега (на опорном прыжке) не более:

- 1) 10 м;
- 2) 20 м;
- 3) 25м.*

4. Высота стола (опорный прыжок) у мужчин:

- 1) 125;
- 2) 155;
- 3) 135.*

5. Сколько времени для продолжения упражнения имеет гимнаст после падения на официальных соревнованиях;

- 1) 30 с,*
- 2) 45 с;
- 3) 1 мин.

6. Сколько судей составляют бригаду Е;

- 1) 2;
- 2) 4;
- 3) 6.*

7. Сколько судей составляют бригаду Д;

- 1) 2;
- 2) 4*;
- 3) 6.

8. На официальных соревнованиях гимнаст имеет право:

1) на повторение упражнения, если оно было прервано по независящим от него причинам,*

- 2) на выступление в спортивной форме любого цвета;
- 3) на остановку в 60 сек. после падения.

9. На официальных соревнованиях гимнаст обязан:

- 1) не разговаривать с судьями во время соревнований;
- 2) участвовать во всех протокольных церемониях награждения победителей;
- 3) участвовать в не менее 2-х видах многоборья.

10. В каких случаях гимнаст имеет право изменять высоту колец и перекладины на официальных соревнованиях;
- 1) если гимнаст слишком маленький;
 - 2) если за 24 часа до опробования была подана заявка в технический комитет;*
 - 3) если гимнаст слишком высокий.
11. В каких случаях гимнаст имеет право покинуть соревновательную зону во время соревнований на официальных соревнованиях
- 1) если имеет уважительную причину;
 - 2) с разрешения главной судейской коллегии;*
 - 3) по своему усмотрению.
12. Сколько времени даётся на выполнение вольных упражнений у мужчин;
- 1) 30-45 с;
 - 2) 60-70 с;*
 - 3) 90-100 с.
13. Какие ювелирные украшения допускаются на официальных соревнованиях у женщин;
- 1) никаких не разрешается;*
 - 2) серёжки заклеенные пластырем;
 - 3) серёжки «Гвоздики».
14. Какое наказание применяется относительно команды за несоблюдение спортивной формы;
- 1) 0,5 балла с каждого ответственного за снаряд;
 - 2) 0,5 балла с команды на каждом снаряде;
 - 3) 0.5 балла с команды один раз в потоке главным судьей.*
15. На каких снарядах мужского многоборья разрешается присутствие страхующего на официальных соревнованиях;
- 1) вольные упражнения и опорный прыжок;
 - 2) никаких;
 - 3) на кольцах и перекладине, брусьях и опорном прыжке*.
16. Кому разрешается помочь гимнасту запрыгнуть на снаряд на официальных соревнованиях?
- 1) тренеру;*
 - 2) другому гимнасту;*
 - 3) никому.
17. Высота колец от поверхности матов:
- 1) 260 см;
 - 2) 275 см*;
 - 3) 280 см.
18. Высота коня-маха от поверхности матов:
- 1) 100 см;
 - 2) 105 см;*
 - 3) 115 см.
19. Высота брусьев параллельных от поверхности матов:
- 1) 170 см;
 - 2) 175 см;
 - 3) 180 см.*
20. Высота перекладины от поверхности мата:
- 1) 255 см;*
 - 2) 270 см;
 - 3) 280 см.
21. Продолжительность остановки в статическом положении:

- 1) 1 с;
- 2) 2 с;*
- 3) 3 с.

22. В зависимости от цели, форм, масштаба и характера на сколько видов делятся соревнования по спортивной гимнастике?

- 1) 6;
- 2) 5*;
- 3) 8.

23. Сколько разделов включает в себя положение соревнований;

- 1) 5;
- 2) 10;
- 3) 9*.

24. Сколько входит судей в состав главной судейской коллегии;

- 1) 12;
- 2) 10;
- 3). 6.*

IV курс

1. Какие виды соревнований бывают по виду зачета?

- 1) личные, групповые, массовые;
- 2) командные, индивидуальные, лично-командные;
- 3) личные, командные, лично-командные*

2. Сколько судей входит в состав бригады Е?

- 1) 2;
- 2) 4;
- 3) 6.*

3. Сколько судей входит в состав бригады Д?

- 1) 2;
- 2) 4;*
- 3) 6.

4. На официальных соревнованиях гимнаст имеет право:

1) на повторение упражнения, если оно было прервано по независящим от него причинам;

- 2) на выступление в спортивной форме любого цвета;
- 3) на остановку в 60 сек. после падения.*

5. На официальных соревнованиях гимнаст обязан:

- 1) не разговаривать с судьями во время соревнований*;
- 2) участвовать во всех протокольных церемониях награждения победителей;
- 3) участвовать в не менее 2-х видах многоборья.

6. В каких случаях гимнаст имеет право изменять высоту колец и перекладины на официальных соревнованиях?

- 1) если гимнаст слишком маленький;
- 2) если за 24 часа до опробования была подана заявка в технический комитет;*
- 3) если гимнаст слишком высокий.

7. В каких случаях гимнаст имеет право покинуть соревновательную зону во время соревнований на официальных соревнованиях?

- 1) если имеет уважительную причину;
- 2) с разрешения главной судейской коллегии;*
- 3) по своему усмотрению.

8. Сколько времени даётся на выполнение вольных упражнений у мужчин?

- 1) 30-45 с;*

- 2) 60-70 с;
3) 90-100 с.
9. Какое наказание применяется относительно команды за несоблюдение спортивной формы?
1) 0,5 балла с каждого ответственного за снаряд;
2) 0,5 балла с команды на каждом снаряде;
3) 0.5 балла с команды один раз в потоке главным судьей.*
10. На каких снарядах мужского многоборья разрешается присутствие страхующего на официальных соревнованиях?
1) вольные упражнения и опорный прыжок;
2) никаких;
3) на кольцах и перекладине, брусках и опорном прыжке.
11. Кому разрешается помочь гимнасту запрыгнуть на снаряд на официальных соревнованиях?
1) тренеру;
2) другому гимнасту;
3) никому.
12. Высота колец от поверхности матов:
1) 260 см;
2) 270 см;
3) 280 см.
13. Высота коня-махи от поверхности матов:
1) 100 см;
2) 105 см;
3) 115 см.
14. Высота брусков параллельных от поверхности матов:
1) 170 см;
2) 175 см;
3) 180 см.
15. Высота перекладины от поверхности мата:
1) 260 см;
2) 270 см;
3) 280 см.
16. Продолжительность остановки в статическом положении:
1) 1 с;
2) 2 с;*
3) 3 с.
17. Сколько существует схем при составлении комплекса упражнений для зарядки, как одной из форм построения занятий?
1) 7*;
2) 2;
3) 9.
18. В зависимости от цели, форм, масштаба и характера на сколько видов делятся соревнования по спортивной гимнастике?
1) 6;
2) 5*;
3) 8.
19. Сколько разделов включает в себя положение соревнований?
1) 5;
2) 10;
3) 9*.

20. Сколько входит судей в состав главной судейской коллегии?

- 1) 12;
- 2) 10*;
- 3) 8.

У курс (заочное обучение)

1. Какие виды соревнований бывают по виду зачета?

- 1) личные, групповые, массовые;
- 2) командные, индивидуальные, лично-командные;
- 3) личные, командные, лично-командные*

3. Сколько судей входит в состав бригады Е?

- 1) 2;
- 2) 4;
- 3) 6.*

4. Сколько судей входит в состав бригады Д?

- 1) 2;
- 2) 4;*
- 3) 6.

5. На официальных соревнованиях гимнаст имеет право:

1) на повторение упражнения, если оно было прервано по независящим от него причинам;

2) на выступление в спортивной форме любого цвета;

3) на остановку в 60 сек. после падения.*

6. На официальных соревнованиях гимнаст обязан:

1) не разговаривать с судьями во время соревнований*;

2) участвовать во всех протокольных церемониях награждения победителей;

3) участвовать в не менее 2-х видах многоборья.

7. В каких случаях гимнаст имеет право изменять высоту колец и перекладины на официальных соревнованиях?

1) если гимнаст слишком маленький;

2) если за 24 часа до опробования была подана заявка в технический комитет;*

3) если гимнаст слишком высокий.

8. В каких случаях гимнаст имеет право покинуть соревновательную зону во время соревнований на официальных соревнованиях?

1) если имеет уважительную причину;

2) с разрешения главной судейской коллегии;*

3) по своему усмотрению.

9. Сколько времени даётся на выполнение вольных упражнений у мужчин?

- 1) 30-45 с;*
- 2) 60-70 с;
- 3) 90-100 с.

10. Какие ювелирные украшения допускаются на официальных соревнованиях у женщин?

1) никаких не разрешается;*

2) серёжки заклеенные пластырем;

3) серёжки «Гвоздики».

11. Какое наказание применяется относительно команды за несоблюдение спортивной формы?

1) 0,5 балла с каждого ответственного за снаряд;

2) 0,5 балла с команды на каждом снаряде;

3) 0.5 балла с команды один раз в потоке главным судьей.*

12. На каких снарядах мужского многоборья разрешается присутствие страхующего

на официальных соревнованиях?

- 1) вольные упражнения и опорный прыжок;
- 2) никаких;
- 3) на кольцах и перекладине, брусьях и опорном прыжке.

13. Кому разрешается помочь гимнасту запрыгнуть на снаряд на официальных соревнованиях?

- 1) тренеру;
- 2) другому гимнасту;
- 3) никому.

14. Высота колец от поверхности матов:

- 1) 260 см;
- 2) 270 см;
- 3) 280 см.

15. Высота коня-махи от поверхности матов:

- 1) 100 см;
- 2) 105 см;
- 3) 115 см.

16. Высота брусьев параллельных от поверхности матов:

- 1) 170 см;
- 2) 175 см;
- 3) 180 см.

17. Высота перекладины от поверхности мата:

- 1) 260 см;
- 2) 270 см;
- 3) 280 см.

18. Продолжительность остановки в статическом положении:

- 1) 1 с;
- 2) 2 с;*
- 3) 3 с.

19. Сколько существует схем при составлении комплекса упражнений для зарядки, как одной из форм построения занятий?

- 1) 7*;
- 2) 2;
- 3) 9.

20. В зависимости от цели, форм, масштаба и характера на сколько видов делятся соревнования по спортивной гимнастике?

- 1) 6;
- 2) 5*;
- 3) 8.

21. Сколько разделов включает в себя положение соревнований?

- 1) 5;
- 2) 10;
- 3) 9*.

22. Сколько входит судей в состав главной судейской коллегии?

- 1) 12;
- 2) 10*;
- 3) 8.

Примечание: * - правильный ответ.

Критерии оценки:

- «5» баллов – не менее 70 % правильных ответов
- «4» балла – не менее 50 % правильных ответов
- «3» балла - не менее 20 % правильных ответов
- «2» балла - менее 20 % правильных ответов

Примерные темы рефератов (контрольных работ)

1 курс

1. Спортивная гимнастика в олимпийском движении.
2. Гимнасты Воронежской области – чемпионы и призеры Олимпийских игр.
3. История Воронежской гимнастики (мужской, женской).
4. Воронежские гимнасты на международной арене (мужчины, женщины).
5. История отдельного спортсмена (спортсменки), члена сборной команды страны по избранному виду спорта.
6. Критерии оценки физического развития занимающихся.
7. Анализ средств и методов профилактики нарушения осанки.
8. Анализ средств и методов профилактики нарушения стопы.
9. Особенности терминологии основной и спортивной гимнастики.
10. Описание групп гимнастических упражнений: строевые, общеразвивающие, прикладные, художественной гимнастики, на различных снарядах, акробатические, вольные. Записи гимнастических упражнений.
11. Обеспечение занятий гимнастикой.
12. Места занятий и размещение оборудования.
13. Судейство соревнований женского и мужского многоборья.

2 курс

1. Средства развития гибкости в различных видах гимнастики.
2. Возрастная динамика естественного развития гибкости.
3. Причины травматизма и способы его предупреждения.
4. Страховка и помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма.
5. Средства развития выносливости.
6. Гибкость как физическое качество.
7. Развитие координационных способностей в гимнастике.
8. Ориентация и отбор для занятий спортивной гимнастикой.
9. Оценка вестибулярной устойчивости в гимнастике.
10. Основы обучения гимнастическим упражнениям

3 курс

1. Гимнастика - средство здорового образа жизни.
2. Физическая подготовка в гимнастике
3. Предмет физической и функциональной подготовки и основные термины.
4. Двигательные качества в гимнастике и методика их воспитания
5. Проведение упражнений с музыкальным сопровождением.
6. Организационно-методические основы физической и функциональной подготовки в гимнастике.
7. Техническая подготовка в гимнастике
8. Специальная физическая подготовка в гимнастике
9. Методика специальной технической подготовки.
10. Планирование и контроль технической подготовки.
11. Психологические особенности спортивной гимнастики.

12. Характеристика методов психодиагностики в спортивной гимнастике.
13. Значение и место хореографии в становлении мастерства в гимнастике.
14. Психология тренировки и соревнований в гимнастике.
15. Психология общения в гимнастике.
16. Значение и место хореографии в становлении мастерства в гимнастике.
17. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии.
18. Этапы хореографической подготовки.
19. Музыка в уроке хореографии.
20. Структура и задачи урока хореографии
21. Принципы построения урока хореографии.
22. Тактическая подготовка в гимнастике
23. Интеллектуальная подготовка в гимнастике.
24. Гимнастика - средство здорового образа жизни детей дошкольного возраста.
25. Применение средств гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста.
26. Вопросы гимнастики, требующие исследования.
27. Анатомо-физиологическая характеристика и психологические особенности.
28. Основы НИРС.

4 курс

- 1 Развитие силовых способностей в группах начальной подготовки.
2. Развитие силовых способностей в тренировочных группах.
3. Развитие силовых способностей в группах спортивного совершенствования.
4. Развитие скоростно-силовых способностей в группах начальной подготовки.
5. Развитие в скоростно-силовых способностей тренировочных группах.
6. Развитие скоростно-силовых способностей в группах спортивного совершенствования.
7. Развитие гибкости у занимающихся групп начальной подготовки.
8. Развитие гибкости у занимающихся тренировочных группах.
9. Развитие гибкости у занимающихся групп спортивного совершенствования.
10. Развитие координационных способностей в группах начальной подготовки.
11. Развитие координационных способностей в тренировочных группах.
12. Развитие координационных способностей в группах спортивного совершенствования.
13. Развитие выносливости в группах начальной подготовки.
14. Развитие выносливости в тренировочных группах.
15. Развитие выносливости в группах спортивного совершенствования.
16. Определения уровня функционального состояния занимающихся групп начальной подготовки.
17. Определения уровня функционального состояния занимающихся тренировочных групп.
18. Определения уровня функционального состояния занимающихся групп спортивного совершенствования.
19. Характеристика и содержание прыжковой подготовки гимнастов в группах начальной подготовки.
20. Характеристика и содержание вращательной подготовки гимнастов в группах начальной подготовки.
21. Характеристика и содержание хореографической подготовки гимнастов в группах начальной подготовки.
22. Характеристика и содержание акробатической подготовки гимнастов в группах начальной подготовки
23. Техническая подготовка в гимнастике.

5 курс (заочное обучение)

Тематика рефератов

1. Эффективность использования технических средств обучения.
2. Содержание и методы технической подготовки юных гимнастов.
3. Отбор детей для занятий спортивной гимнастикой.
4. Характеристика способов контроля уровня физической подготовленности юных гимнастов.
5. Тренировочные нагрузки в спортивной гимнастике.
6. Современная система подготовки юных гимнастов.
7. Влияние занятий спортивной гимнастикой на состояние здоровья и физическое развитие юных спортсменов.
8. Принципы спортивной тренировки в гимнастике.
9. Значение физической подготовки и ее место в тренировочном процессе юных гимнастов.
10. Формирование двигательных действий в спортивной гимнастике.
11. Физическая подготовка юных гимнастов.
12. Техническая подготовка юных гимнастов.
13. Хореографическая подготовка юных гимнастов.
14. Характеристика типов спортивных объектов по спортивной гимнастике.
15. Материально-техническое обеспечение занятий спортивной гимнастикой.
16. Особенности профессии тренера по спортивной гимнастике.
17. Анализ и характеристика профессиональной деятельности тренера в спортивной гимнастике.
18. Психологические качества и личность тренера.
19. Организация работы на соревнованиях по спортивной гимнастике.
20. Средства и методы развития физических качеств юных гимнастов.
21. Средства и методы развития быстроты юных гимнастов.
22. Средства и методы развития ловкости юных гимнастов.
23. Средства и методы развития гибкости юных гимнастов.
24. Средства и методы развития скоростно-силовых качеств юных гимнастов.
25. Средства и методы развития выносливости юных гимнастов.
26. Подвижные игры как средство спортивной подготовки в спортивной гимнастике.
27. Структура занятий спортивной гимнастикой.
28. Типы занятий спортивной гимнастикой.
29. Спортивная гимнастика в олимпийском движении.
30. Воронежские гимнасты на международной арене.
31. Правила записи гимнастических элементов.
32. Судейство мужских вольных упражнений.
33. Судейство женских вольных упражнений.
34. Судейство упражнений на коне-махи.
35. Судейство упражнений на кольцах.
36. Судейство в опорных прыжках.
37. Судейство упражнений на параллельных брусьях.
38. Судейство упражнений на перекладине.
39. Судейство упражнений на бревне.
40. Судейство упражнений на брусьях разной высоты.

Критерии оценки:

«5» баллов - тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован,

оформление соответствует требованиям, используется 5-10 источников информации, имеются ссылки на авторов.

«4» балла - тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, но мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«3» балла - в целом вопрос раскрывается, но отсутствует четкая структура конспекта, оформление небрежное, мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«2» балла - тема раскрыта частично, нет четкой структуры реферата, оформление небрежное, используется 3-5 источников информации, ссылок в тексте работы нет.

Требования к написанию рефератов:

План составления реферата: Структура реферата должна включать три основных раздела:

Введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 страницы);

Основная часть: которая содержит несколько подразделов (параграфов), раскрывающих содержание темы контрольной работы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с источниками литературы (10-15 страниц);

Выводы, обобщающие основные вопросы выбранной темы реферата (1-2 страницы).

Введение и заключение тесно связаны с основным содержанием реферата.

Список литературы. Реферат строится на основе анализа 10-15 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изучение работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, годом издания упомянутого источника.

Требования к оформлению контрольной работы.

Реферат должен иметь следующую структуру: введение в проблему, основную часть, заключение и список используемой литературы. Первой страницей контрольной работы является титульный лист. Реферат выполняется в печатном виде на листах формата А4, Word, Times New Roman, 14 шрифт, 1,5 интервал. Объем работы должен быть не менее 15-20 страниц, список литературы – не менее 10 источников. Студентам рекомендуется подготовить речь (продолжительностью не менее 4-7 минут), касающуюся вопросов, затронутых в реферате, с тем, чтобы защитить выполненную работу на должном уровне.

Методические указания по написанию реферата

Тема реферата выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов, и обязательно согласовывается с преподавателем. Реферат выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы.

После выбора темы необходимо подобрать источники литературы и ознакомиться с их содержанием. При подборе литературы следует пользоваться систематическим каталогом библиотеки, читального зала, методического кабинета, консультаций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Литература по теме должна быть законспектирована и выписана на отдельные карточки. Это ускорит в дальнейшем составление списка литературы, плана контрольной работы. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение обоих способов, что является наиболее целесообразным. После ознакомления с литературой разрабатывается структура (содержание) контрольной работы.

Реферат строится на основе анализа 10-15 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в

котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос плана должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изученные работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, года издания упомянутого источника.

Если в тексте реферата есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов

Титульный лист контрольной работы должен быть оформлен в соответствии с правилами.

В конце реферата помещается список использованной литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания в следующей последовательности: фамилия автора (или группы авторов), его инициалы, название публикации (статья, книги, методического пособия и т.д.), место издательства и год издания. Ссылки на журнальные статьи даются с полным их названием.

Реферат защищается студентом в личном собеседовании с преподавателем, проверяющим работу. Если он удовлетворяет всем требованиям, то студент получает оценку в баллах, предусмотренную технологической картой. При неудовлетворительной оценке реферата возвращается для устранения недостатков. Исправленный реферат предоставляется на повторную проверку и собеседования.

Критерии оценки: Доклад по реферату (10 баллов).

1. Оформление реферата (Максимально 3 балла).

3 балла – выполнение всех требований по оформлению;

2 балла – отсутствие плана реферата или ссылок в тексте;

1 балл - список литературы менее 6 источников.

2. Содержание реферата (Максимально 3 балла).

3 балла – содержание реферата подробно раскрывает выбранную тему;

2 балла – содержание реферата кратко раскрывает выбранную тему;

1 балл - содержание реферата раскрывает выбранную тему по одному литературному источнику;

0 баллов - содержание реферата не соответствует выбранной теме.

3. Доклад по реферату (Максимально 4 балла).

3 балла – доклад по реферату четкий, внятный, понятный, с ответами на вопросы по выбранной теме.

2 балла – доклад по реферату четкий, внятный, понятный, без ответов на вопросы по выбранной теме.

1 балл - доклад по реферату не четкий, не внятный, не понятный, с ответами на вопросы по выбранной теме.

0 баллов - по реферату не четкий, не внятный, не понятный, без ответов на вопросы по выбранной теме.

Критерии оценки:

- «5» баллов выставляется студенту, набравшему 9-10 баллов;

- «4» балла ставится, если студент набрал 7-8 баллов;

- «3» балла выставляется студенту, набравшему 4-6 баллов;

- «2» балла выставляется студенту, набравшему менее 4 баллов.

Требования к написанию реферата:

План составления реферата: Структура реферата должна включать три основных раздела:

Введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 страницы);

Основная часть: которая содержит несколько подразделов (параграфов), раскрывающих содержание темы контрольной работы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с источниками литературы (10-15 страниц);

Выводы, обобщающие основные вопросы выбранной темы реферата (1-2 страницы).

Введение и заключение тесно связаны с основным содержанием реферата.

Список литературы. Реферат строится на основе анализа 5-10 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте реферата.

В тексте обязательны ссылки на изучение работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, годом издания упомянутого источника.

Требования к оформлению контрольной работы.

Контрольная работа должна иметь следующую структуру: введение в проблему, основную часть, заключение и список используемой литературы. Первой страницей контрольной работы является титульный лист. Контрольная работа выполняется в печатном виде на листах формата А4, Word, Times New Roman, 14 шрифт, 1,5 интервал. Объем работы должен быть не менее 15-20 страниц, список литературы – не менее 10 источников. Студентам рекомендуется подготовить речь (продолжительностью не менее 4-7 минут), касающуюся вопросов, затронутых в работе, с тем, чтобы защитить выполненную работу на должном уровне.

Методические указания по написанию контрольной работы

Тема контрольной работы выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов, и обязательно согласовывается с преподавателем. Контрольная работа выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы.

После выбора темы необходимо подобрать источники литературы и ознакомиться с их содержанием. При подборе литературы следует пользоваться систематическим каталогом библиотеки, читального зала, методического кабинета, консультаций профессорско-преподавательского состава кафедры.

Литература по теме должна быть законспектирована и выписана на отдельные карточки. Это ускорит в дальнейшем составление списка литературы, плана контрольной работы. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение обоих способов, что является наиболее целесообразным. После ознакомления с литературой разрабатывается структура (содержание) контрольной работы.

Контрольная работа строится на основе анализа 5 – 10 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Весь материал темы излагается в соответствии с планом, в котором раскрываются вопросы темы. Каждый ответ на вопрос плана должен иметь заголовок в тексте работы.

В тексте обязательны ссылки на изученные работы. Каждая ссылка в тексте должна соответствовать конкретному источнику в списке литературы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается указанием фамилии, инициалов автора, года издания упомянутого источника.

Если в тексте контрольной работы есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов

Титульный лист контрольной работы должен быть оформлен в соответствии с правилами.

В конце контрольной работы помещается список использованной литературы, он

нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания в следующей последовательности: фамилия автора (или группы авторов), его инициалы, название публикации (статьи, книги, методического пособия и т.д.), место издательства и год издания. Ссылки на журнальные статьи даются с полным их названием.

Контрольная работа защищается студентом в личном собеседовании с преподавателем, проверяющим работу. Если она удовлетворяет всем требованиям, то студент получает оценку в баллах, предусмотренную технологической картой. При неудовлетворительной оценке контрольной работы возвращается для устранения недостатков. Исправленная контрольная работа предоставляется на повторную проверку и собеседования.

5.3.1 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации (дневного обещения)

I курс, 1 семестр

(зачет)

Зачетные вопросы

1. Методические особенности гимнастики.
2. Общие и частные задачи гимнастики.
3. Специфика спортивной гимнастики.
4. Тенденции развития спортивной гимнастики.
5. Модельные характеристики спортивной гимнастики.
6. Историческая справка гимнастики.
7. Спортивная гимнастика в России до революции.
8. Спортивная гимнастика в СССР.
9. Спортивная гимнастика в современной России
10. Достижения спортсменов СССР и России.
11. Участие Воронежских гимнастов в Олимпийских Играх.
12. Перспективы развития женской спортивной гимнастики.
13. Современное состояние терминологии спортивной гимнастики и проблемы ее совершенствования.
14. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
15. Способы обозначения упражнений в спортивной гимнастике и сферы их применения.
16. Запись упражнений с помощью символов
17. Гимнастические залы, гимнастические снаряды и инвентарь.
18. Гимнастическая площадка.
19. Размещение снарядов и правила эксплуатации спортивных залов и оборудования.
20. Гигиенические требования к эксплуатации залов.

I курс, 2 семестр

(экзамен)

Экзаменационные вопросы

1. Современное состояние терминологии спортивной гимнастики и проблемы ее совершенствования.
2. Обучение приемам помощи и страховки.
3. Страховка помощь в процессе занятий.
4. Профилактика травматизма, в различных видах упражнений.
5. Причины травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.
6. Оказание первой помощи при травмах.
7. Характеристика и классификация упражнений на гимнастических снарядах.
8. Характеристика и классификация прыжков.
9. Характеристика и классификация акробатических упражнений.
10. Характеристика и классификация вольных упражнений.
11. Соблюдение основных правил методики обучения и организации занятий.
12. Обучение приемам помощи и страховки.
13. Страховка помощь в процессе занятий.
14. Врачебный контроль и самоконтроль.
15. Характеристика судейства соревнований.
16. Состав судейской коллегии.
17. Права и обязанности судей.
18. Основы судейства в гимнастике.
19. Техника судейства соревнований.

20. Оценка упражнений на соревнованиях.

**II курс, 3 семестр
(зачет)**

Зачетные вопросы

1. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.
2. Статические упражнения, равновесия.
3. Условия и виды равновесия.
4. Устойчивость при приземлениях.
5. Основные кинематические характеристики гимнастических движений.
6. Элементы динамики гимнастических движений.
7. Гимнастическое упражнение как искусственное программное действие.
8. Основные кинематические формы гимнастических упражнений.
9. Физические закономерности исполнения гимнастических упражнений.
10. Элементы биомеханики двигательного аппарата гимнаста.
11. Кинематические и динамические закономерности движений.
12. Основные рабочие положения на снаряде
13. Рабочая осанка.
14. Хваты и перехваты
15. Гимнастическое движение как система.
16. Фазовая структура типичных гимнастических упражнений.
17. Основные стадии двигательного действия.
18. Системно-структурные особенности построения гимнастических движений.
19. Характеристика средств акробатической подготовки.
20. Структура и содержание акробатической подготовки.
21. Характеристика средств и обучение упражнениям хореографической подготовки.
22. Обучение упражнениям батутной подготовки в гимнастике.
23. Средства вращательной и прыжковой подготовки в гимнастике.
24. Профилирующие упражнения на снарядах мужского многоборья.
25. Техника оборотов.
26. Техника круговых движений в упоре.
27. Техника силовых перемещений.
28. Техника опорных прыжков.
29. Определение понятия «тренажер» и «искусственно управляемая среда».
30. Классификация тренажеров и вспомогательных устройств.
31. Формирование двигательных умений с помощью тренажеров.
32. Перспективы развития тренажеров и требования к их современным конструкциям.
33. Характеристика типичных ошибок на видах гимнастического многоборья.
34. Причины возникновения ошибок при обучении гимнастическим упражнениям.
35. Методика исправления ошибок.
36. Характеристика помощи и страховки.
37. Виды помощи и страховки.
38. Помощь и страховка при обучении акробатическим упражнениям.
39. Помощь и страховка при обучении упражнениям на гимнастических снарядах

**II курс, 4 семестр
(экзамен)**

Экзаменационные вопросы

1. Понятие координационные способности.
2. Характеристика ловкости как двигательного качества.

3. Сущность и значение координационных способностей в управлении движениями.
4. Классификация координационных способностей.
5. Средства воспитания координационных способностей.
6. Выносливость как двигательное качество.
7. Развитие общей выносливости.
8. Развитие силовой выносливости.
9. Развитие специальной выносливости.
10. Методика развития выносливости в спортивной гимнастике.
11. Контроль за развитием выносливости.
12. Гибкость как физическое качество.
13. Виды гибкости и их связи.
14. Отношение пассивной гибкости и силовых качеств.
15. Отношение активной гибкости и силовых качеств.
16. Методика развития гибкости в спортивной гимнастике.
17. Контроль за развитием гибкости.
18. Сила как физическое качество.
20. Виды проявления силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике.
21. Методика развития силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике.
22. Средства силовой и скоростной подготовки в спортивной гимнастике.
23. Тесты для оценки силовых и скоростно-силовых способностей в спортивной гимнастике.
24. Возрастные изменения физических качеств.
25. Понятие вестибулярная устойчивость.
26. Методы развития вестибулярной устойчивости.
27. Вращательная подготовка в спортивной гимнастике.
28. Батутная и акробатическая подготовка в спортивной гимнастике.
29. Средства и содержание вращательной и двигательной подготовки в спортивной гимнастике.
30. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
31. Задачи, содержание и виды отбора.
32. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования.
33. Методы отбора.
34. Организация отбора и комплектование групп на разных этапах подготовки.
35. Общая характеристика принципов спортивной тренировки
36. Единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям.
37. Единство общей и специальной подготовки.
38. Непрерывность тренировочного процесса.
39. Постепенность возрастания нагрузок и тенденции стремления к максимальным результатам.
40. Волнообразность динамики тренировочных нагрузок.
41. Документы планирования учета и контроля в работе тренера и гимнаста
42. Типовое содержание тренировочного занятия.
43. Виды контроля за физической и технической подготовленностью.
44. Годичный, поэтапный, оперативный контроль.
45. Содержание, методика и формы педагогического контроля.
46. Контрольные карты.
47. Регламент соревнований по командной гимнастике.
48. Характеристика и анализ таблицы трудностей и спецтребований.
49. Формирование и состав судейских бригад.

50. Характеристика командной гимнастики.
51. История возникновения командной гимнастики.
52. Эволюция командной гимнастики в процессе ее развития.
53. Организация и проведение соревнований по командной гимнастике.

**III курс, 5 семестр
(зачет)**

Зачетные вопросы

1. Проблема НИР.
2. Вопросы гимнастики, требующие исследования.
3. Выбор темы. Актуальность исследования.
4. Гипотеза. Определение цели и задач.
5. Планирование и проведение исследования.
6. Этапы подготовки соревнований.
7. Проведение соревнований.
8. Особенности проведения массовых соревнований.
9. Предмет и задачи технической подготовки.
10. Содержание технической подготовки.
11. Понятие специализированной технической подготовки.
12. Содержание специальной технической подготовки.
13. Методика специальной технической подготовки.
14. Планирование и контроль технической подготовки.
15. Психологические особенности спортивной гимнастики.
16. Психологический аспект работы тренера.
17. Личность и диагностика психических качеств гимнаста.
18. Методы психодиагностики.
19. Психология тренировки и соревнований в гимнастике.
20. Психология общения в гимнастике.
21. Структура физической подготовки в гимнастике.
22. Виды физической подготовки в гимнастике.
23. Этапы развития физической подготовки в спортивной тренировке гимнастов.
32. Значение и место хореографии в становлении мастерства в гимнастике.
33. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии.
34. Этапы хореографической подготовки.
35. Задачи урока хореографии.
36. Классификация уроков хореографии.
37. Структура урока хореографии.
38. Принципы построения урока хореографии.
39. Музыка в уроке хореографии.
46. Основы интеллектуальной подготовки.
47. Тактика и тактические действия в гимнастике.
48. Фазы тактического действия.
49. Цель и задачи тактической подготовки.
50. Тренер и тактические действия гимнаста в соревнованиях.
51. Методы и средства тактической подготовки гимнастов.
52. Тактические навыки в тренировочном процессе.

**III курс, 6 семестр
(экзамен)**

Экзаменационные вопросы

1. Основные тенденции развития упражнений на перекладине
2. Основные тенденции развития упражнений брусьях разной высоты
3. Классификация и структурные типы упражнений на перекладине
4. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях р/в.
5. Основы техники упражнений на перекладине
6. Основы техники упражнений на брусьях разной высоты
7. Базовые упражнения на перекладине
8. Базовые упражнения на брусьях разной высоты
9. Типичные соединительные движения на перекладине
10. Типичные соединительные движения на брусьях разной высоты
11. Стратегия подготовки на перекладине
12. Стратегия подготовки на брусьях разной высоты
13. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
14. Задачи, содержание и виды отбора.
15. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования.
16. Методы отбора.
17. Организация отбора и комплектование групп на разных этапах подготовки.
18. Характеристика упражнений на бревне и тенденции их развития.
19. Классификация и структурные типы упражнений на бревне.
20. Основы техники упражнений на бревне.
21. Базовые упражнения на бревне.
22. Характеристика вольных упражнений и тенденции их развития.
23. Классификация и структурные типы вольных упражнений.
24. Элементарные навыки исполнения вольных упражнений
25. Базовые акробатические прыжки.
26. Стратегия подготовки в вольных упражнениях.
27. Характеристика упражнений на брусьях и тенденции их развития.
28. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях.
29. Основы техники упражнений на брусьях
30. Базовые упражнения на брусьях.
31. Характеристика упражнений на коне и тенденции его развития.
32. Классификация и структурные типы упражнений на коне.
33. Основы техники упражнений на коне.
34. Базовые упражнения на коне.
35. Характеристика опорных прыжков и тенденции их развития.
36. Классификация и структурные типы опорных прыжков.
37. Основы техники опорных прыжков.
38. Базовые опорные прыжки.

**IV курс, 7 семестр
(зачет)**

Зачетные вопросы

1. Соблюдение основных правил методики обучения и организации занятий.
2. Размещение снарядов при проведении соревнований различного уровня.
3. Характеристика судейства соревнований.
4. Состав судейской коллегии.
5. Права и обязанности судей.
6. Основы судейства в гимнастике.
7. Техника судейства соревнований.
8. Оценка упражнений на соревнованиях.

9. Работа судей бригады Е.
10. Работа судей бригады Д.
11. Реализация дидактических принципов в спортивной гимнастике.
12. Особенности взаимодействия гимнастических упражнений.
13. Цели, задачи и особенности процесса обучения в гимнастике.
14. Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения
15. Методы обучения гимнастическим упражнениям на различных этапах обучения.
16. Приемы обучения гимнастическим упражнениям.
17. Особенности профессии тренера.
18. Работа тренера творческий процесс
19. Функции тренера.
20. Деловые и личностные контакты тренера.
21. Педагогические способности тренера.
22. Специализация тренера.
23. Общая характеристика принципов спортивной тренировки
24. Единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям.
25. Единство общей и специальной подготовки.
26. Непрерывность тренировочного процесса.
27. Постепенность возрастания нагрузок и тенденции стремления к максимальным результатам.
28. Волнообразность динамики тренировочных нагрузок.
29. Цели и задачи спортивной тренировки.
30. Основные стороны содержания спортивной тренировки.
31. Структура занятия по спортивной гимнастике.
32. Значение технических средств в спортивной гимнастике.
33. Классификация технических средств, устройств и тренажеров.
34. Характеристика вспомогательных снарядов и устройств.
35. Технические средства в видах гимнастического многоборья.
36. Типы занятий спортивной гимнастикой.
37. Понятие о внешней и внутренней нагрузке.
39. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.
40. Единицы и индексы нагрузки.
41. Факторы, лимитирующие нагрузку.
42. Методы измерения нагрузки.
43. Особенности подготовительной части занятия по гимнастике.
44. Особенности основной части занятия в спортивной гимнастике.
45. Особенности заключительной части занятия в спортивной гимнастике.

IV курс, 8 семестр
(экзамен)
Экзаменационные вопросы

1. Общая физическая подготовка в группах начальной подготовки.
2. Специальная физическая подготовка в группах начальной подготовки.
3. Оборудование залов для занятий спортивной гимнастикой.
4. Права и обязанности судей.
5. Основы судейства соревнований в спортивной гимнастике.
6. Базовые упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья.
7. Базовые упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья.
8. Характеристика основных рабочих положений на гимнастических снарядах.
9. Права и обязанности судей бригады Д и Е.

10. Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике.
11. Цель, задачи и средства ОФП в группах начальной подготовки.
12. Средства и методы развития развитие гибкости в группах начальной подготовки в гимнастике.
13. Средства и методы развития развитие координации в группах начальной подготовки в гимнастике.
14. Средства и методы развития развитие выносливости в группах начальной подготовки в гимнастике.
15. Средства и методы развития развитие силы в группах начальной подготовки в гимнастике.
16. Гимнастические праздники и выступления.
17. Цель, задачи и средства тактической подготовки в группах начальной подготовки
18. Этапы подготовки соревнований.
19. Массовые соревнования по гимнастике в группах начальной подготовки.
20. Общая характеристика технической подготовки в группах начальной подготовки.
21. Содержание технической подготовки в группах начальной подготовки.
22. Структура физической подготовки в гимнастике в группах начальной подготовки.
23. Виды физической подготовки в гимнастике в группах начальной подготовки.
24. Этапы развития физической подготовки гимнастов в группах начальной подготовки.
25. Структура занятий по спортивной гимнастике в группах начальной подготовки.
26. Типы занятий спортивной гимнастикой в группах начальной подготовки.
27. Планирование спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
28. Построение спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
29. Средства и методы спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
30. Тренировочные нагрузки в группах начальной подготовки.
31. Управление тренировочными нагрузками в группах начальной подготовки.
32. Значение и место хореографии в группах начальной подготовки.
33. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии в группах начальной подготовки.
34. Этапы хореографической подготовки в группах начальной подготовки.
35. Задачи урока хореографии в группах начальной подготовки.
36. Классификация уроков хореографии в группах начальной подготовки.
37. Структура урока хореографии в группах начальной подготовки.
38. Принципы построения урока хореографии в группах начальной подготовки.
39. Музыка в уроке хореографии в группах начальной подготовки.

Критерии оценивания обучающегося на экзамене

зачтено/ незачтено	Оценка	Критерии
зачтено	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут

		быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
незачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Итоговая оценка по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: гимнастика» формируется на основе качества выполненных текущих заданий (наличие конспектов лекций, сдача контрольных нормативов, выполнение лабораторных, контрольных работ, тестовых заданий и т.д.).

Зачетно-экзаменационные требования

1. Знать теоретический материал в объеме программы курса.
2. Выполнить требования учебной практики.
3. Демонстрация техники элементов гимнастического многоборья.
4. Выполнить контрольную работу по предложенной тематике.
5. Сдать экзамен по теоретическому курсу.

Данные варианты оценочных средств подбираются с учетом индивидуальных особенностей студентов, имеющих ограниченные возможности по следующим нозологическим признакам:

- поражение опорно-двигательного аппарата: опрос; контрольная работа; анализ практического занятия; конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат,

- нарушение зрения: опрос; анализ практического занятия (устно),

- нарушение слуха и речи: контрольная работа; анализ практического занятия (письменно); конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат.

5.3.1 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации (заочного обучения)

I курс, 1 семестр

(зачет)

Зачетные вопросы

1. Методические особенности гимнастики.
2. Общие и частные задачи гимнастики.
3. Специфика спортивной гимнастики.
4. Тенденции развития спортивной гимнастики.
5. Модельные характеристики спортивной гимнастики.
6. Историческая справка гимнастики.
7. Спортивная гимнастика в России до революции.
8. Спортивная гимнастика в СССР.
9. Спортивная гимнастика в современной России
10. Достижения спортсменов СССР и России.
11. Участие Воронежских гимнастов в Олимпийских Играх.
12. Перспективы развития женской спортивной гимнастики.
13. Современное состояние терминологии спортивной гимнастики и проблемы ее совершенствования.
14. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
15. Способы обозначения упражнений в спортивной гимнастике и сферы их применения.
16. Запись упражнений с помощью символов
17. Гимнастические залы, гимнастические снаряды и инвентарь.
18. Гимнастическая площадка.
19. Размещение снарядов и правила эксплуатации спортивных залов и оборудования.
20. Гигиенические требования к эксплуатации залов.

I курс, 2 семестр

(экзамен)

Экзаменационные вопросы

1. Современное состояние терминологии спортивной гимнастики и проблемы ее совершенствования.
2. Обучение приемам помощи и страховки.
3. Страховка помощь в процессе занятий.
4. Профилактика травматизма, в различных видах упражнений.
5. Причины травматизма на занятиях спортивной гимнастикой.
6. Оказание первой помощи при травмах.
7. Характеристика и классификация упражнений на гимнастических снарядах.
8. Характеристика и классификация прыжков.
9. Характеристика и классификация акробатических упражнений.
10. Характеристика и классификация вольных упражнений.
11. Соблюдение основных правил методики обучения и организации занятий.
12. Обучение приемам помощи и страховки.

13. Страховка помощь в процессе занятий.
14. Врачебный контроль и самоконтроль.
15. Характеристика судейства соревнований.
16. Состав судейской коллегии.
17. Права и обязанности судей.
18. Основы судейства в гимнастике.
19. Техника судейства соревнований.
20. Оценка упражнений на соревнованиях.

II курс, 3 семестр

(зачет)

Зачетные вопросы

1. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.
2. Статические упражнения, равновесия.
3. Условия и виды равновесия.
4. Устойчивость при приземлениях.
5. Основные кинематические характеристики гимнастических движений.
6. Элементы динамики гимнастических движений.
7. Гимнастическое упражнение как искусственное программное действие.
8. Основные кинематические формы гимнастических упражнений.
9. Физические закономерности исполнения гимнастических упражнений.
10. Элементы биомеханики двигательного аппарата гимнаста.
11. Кинематические и динамические закономерности движений.
12. Основные рабочие положения на снаряде
13. Рабочая осанка.
14. Хваты и перехваты
15. Гимнастическое движение как система.
16. Фазовая структура типичных гимнастических упражнений.
17. Основные стадии двигательного действия.
18. Системно-структурные особенности построения гимнастических движений.
19. Характеристика средств акробатической подготовки.
20. Структура и содержание акробатической подготовки.
21. Характеристика средств и обучение упражнениям хореографической подготовки.
22. Обучение упражнениям батутной подготовки в гимнастике.
23. Средства вращательной и прыжковой подготовки в гимнастике.
24. Профилирующие упражнения на снарядах мужского многоборья.
25. Техника оборотов.
26. Техника круговых движений в упоре.
27. Техника силовых перемещений.
28. Техника опорных прыжков.
29. Определение понятия «тренажер» и «искусственно управляемая среда».
30. Классификация тренажеров и вспомогательных устройств.
31. Формирование двигательных умений с помощью тренажеров.
32. Перспективы развития тренажеров и требования к их современным конструкциям.
33. Характеристика типичных ошибок на видах гимнастического многоборья.
34. Причины возникновения ошибок при обучении гимнастическим упражнениям.
35. Методика исправления ошибок.
36. Характеристика помощи и страховки.
37. Виды помощи и страховки.
38. Помощь и страховка при обучении акробатическим упражнениям.
39. Помощь и страховка при обучении упражнениям на гимнастических снарядах

**II курс, 4 семестр
(экзамен)**

Экзаменационные вопросы

1. Понятие координационные способности.
2. Характеристика ловкости как двигательного качества.
3. Сущность и значение координационных способностей в управлении движениями.
4. Классификация координационных способностей.
5. Средства воспитания координационных способностей.
6. Выносливость как двигательное качество.
7. Развитие общей выносливости.
8. Развитие силовой выносливости.
9. Развитие специальной выносливости.
10. Методика развития выносливости в спортивной гимнастике.
11. Контроль за развитием выносливости.
12. Гибкость как физическое качество.
13. Виды гибкости и их связи.
14. Отношение пассивной гибкости и силовых качеств.
15. Отношение активной гибкости и силовых качеств.
16. Методика развития гибкости в спортивной гимнастике.
17. Контроль за развитием гибкости.
18. Сила как физическое качество.
20. Виды проявления силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике.
21. Методика развития силовых и скоростных способностей в спортивной гимнастике.
22. Средства силовой и скоростной подготовки в спортивной гимнастике.
23. Тесты для оценки силовых и скоростно-силовых способностей в спортивной гимнастике.
24. Возрастные изменения физических качеств.
25. Понятие вестибулярная устойчивость.
26. Методы развития вестибулярной устойчивости.
27. Вращательная подготовка в спортивной гимнастике.
28. Батутная и акробатическая подготовка в спортивной гимнастике.
29. Средства и содержание вращательной и двигательной подготовки в спортивной гимнастике.
30. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
31. Задачи, содержание и виды отбора.
32. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования.
33. Методы отбора.
34. Организация отбора и комплектование групп на разных этапах подготовки.
35. Общая характеристика принципов спортивной тренировки
36. Единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям.
37. Единство общей и специальной подготовки.
38. Непрерывность тренировочного процесса.
39. Постепенность возрастания нагрузок и тенденции стремления к максимальным результатам.
40. Волнообразность динамики тренировочных нагрузок.
41. Документы планирования учета и контроля в работе тренера и гимнаста
42. Типовое содержание тренировочного занятия.

43. Виды контроля за физической и технической подготовленностью.
44. Годичный, поэтапный, оперативный контроль.
45. Содержание, методика и формы педагогического контроля.
46. Контрольные карты.
47. Регламент соревнований по командной гимнастике.
48. Характеристика и анализ таблицы трудностей и спецтребований.
49. Формирование и состав судейских бригад.
50. Характеристика командной гимнастики.
51. История возникновения командной гимнастики.
52. Эволюция командной гимнастики в процессе ее развития.
53. Организация и проведение соревнований по командной гимнастике.

III курс, 5 семестр (зачет)

Зачетные вопросы

1. Проблема НИР.
2. Вопросы гимнастики, требующие исследования.
3. Выбор темы. Актуальность исследования.
4. Гипотеза. Определение цели и задач.
5. Планирование и проведение исследования.
6. Этапы подготовки соревнований.
7. Проведение соревнований.
8. Особенности проведения массовых соревнований.
9. Предмет и задачи технической подготовки.
10. Содержание технической подготовки.
11. Понятие специализированной технической подготовки.
12. Содержание специальной технической подготовки.
13. Методика специальной технической подготовки.
14. Планирование и контроль технической подготовки.
15. Психологические особенности спортивной гимнастики.
16. Психологический аспект работы тренера.
17. Личность и диагностика психических качеств гимнаста.
18. Методы психодиагностики.
19. Психология тренировки и соревнований в гимнастике.
20. Психология общения в гимнастике.
21. Структура физической подготовки в гимнастике.
22. Виды физической подготовки в гимнастике.
23. Этапы развития физической подготовки в спортивной тренировке гимнастов.
32. Значение и место хореографии в становлении мастерства в гимнастике.
33. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии.
34. Этапы хореографической подготовки.
35. Задачи урока хореографии.
36. Классификация уроков хореографии.
37. Структура урока хореографии.
38. Принципы построения урока хореографии.
39. Музыка в уроке хореографии.
46. Основы интеллектуальной подготовки.
47. Тактика и тактические действия в гимнастике.
48. Фазы тактического действия.
49. Цель и задачи тактической подготовки.
50. Тренер и тактические действия гимнаста в соревнованиях.

51. Методы и средства тактической подготовки гимнастов.
52. Тактические навыки в тренировочном процессе.

**III курс, 6 семестр
(экзамен)
Экзаменационные вопросы**

1. Основные тенденции развития упражнений на перекладине
2. Основные тенденции развития упражнений брусьях разной высоты
3. Классификация и структурные типы упражнений на перекладине
4. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях р/в.
5. Основы техники упражнений на перекладине
6. Основы техники упражнений на брусьях разной высоты
7. Базовые упражнения на перекладине
8. Базовые упражнения на брусьях разной высоты
9. Типичные соединительные движения на перекладине
10. Типичные соединительные движения на брусьях разной высоты
11. Стратегия подготовки на перекладине
12. Стратегия подготовки на брусьях разной высоты
13. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
14. Задачи, содержание и виды отбора.
15. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования.
16. Методы отбора.
17. Организация отбора и комплектование групп на разных этапах подготовки.
18. Характеристика упражнений на бревне и тенденции их развития.
19. Классификация и структурные типы упражнений на бревне.
20. Основы техники упражнений на бревне.
21. Базовые упражнения на бревне.
22. Характеристика вольных упражнений и тенденции их развития.
23. Классификация и структурные типы вольных упражнений.
24. Элементарные навыки исполнения вольных упражнений
25. Базовые акробатические прыжки.
26. Стратегия подготовки в вольных упражнениях.
27. Характеристика упражнений на брусьях и тенденции их развития.
28. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях.
29. Основы техники упражнений на брусьях
30. Базовые упражнения на брусьях.
31. Характеристика упражнений на коне и тенденции его развития.
32. Классификация и структурные типы упражнений на коне.
33. Основы техники упражнений на коне.
34. Базовые упражнения на коне.
35. Характеристика опорных прыжков и тенденции их развития.
36. Классификация и структурные типы опорных прыжков.
37. Основы техники опорных прыжков.
38. Базовые опорные прыжки.

**IV курс, 7 семестр
(зачет)
Зачетные вопросы**

1. Соблюдение основных правил методики обучения и организации занятий.

2. Размещение снарядов при проведении соревнований различного уровня.
3. Характеристика судейства соревнований.
4. Состав судейской коллегии.
5. Права и обязанности судей.
6. Основы судейства в гимнастике.
7. Техника судейства соревнований.
8. Оценка упражнений на соревнованиях.
9. Работа судей бригады Е.
10. Работа судей бригады Д.
11. Реализация дидактических принципов в спортивной гимнастике.
12. Особенности взаимодействия гимнастических упражнений.
13. Цели, задачи и особенности процесса обучения в гимнастике.
14. Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения
15. Методы обучения гимнастическим упражнениям на различных этапах обучения.
16. Приемы обучения гимнастическим упражнениям.
17. Особенности профессии тренера.
18. Работа тренера творческий процесс
19. Функции тренера.
20. Деловые и личностные контакты тренера.
21. Педагогические способности тренера.
22. Специализация тренера.
23. Общая характеристика принципов спортивной тренировки
24. Единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям.
25. Единство общей и специальной подготовки.
26. Непрерывность тренировочного процесса.
27. Постепенность возрастания нагрузок и тенденции стремления к максимальным результатам.
28. Волнообразность динамики тренировочных нагрузок.
29. Цели и задачи спортивной тренировки.
30. Основные стороны содержания спортивной тренировки.
31. Структура занятия по спортивной гимнастике.
32. Значение технических средств в спортивной гимнастике.
33. Классификация технических средств, устройств и тренажеров.
34. Характеристика вспомогательных снарядов и устройств.
35. Технические средства в видах гимнастического многоборья.
36. Типы занятий спортивной гимнастикой.
37. Понятие о внешней и внутренней нагрузке.
39. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.
40. Единицы и индексы нагрузки.
41. Факторы, лимитирующие нагрузку.
42. Методы измерения нагрузки.
43. Особенности подготовительной части занятия по гимнастике.
44. Особенности основной части занятия в спортивной гимнастике.
45. Особенности заключительной части занятия в спортивной гимнастике.

**IV курс, 8 семестр
(экзамен)
Экзаменационные вопросы**

1. Общая физическая подготовка в группах начальной подготовки.
2. Специальная физическая подготовка в группах начальной подготовки.

3. Оборудование залов для занятий спортивной гимнастикой.
4. Права и обязанности судей.
5. Основы судейства соревнований в спортивной гимнастике.
6. Базовые упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья.
7. Базовые упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья.
8. Характеристика основных рабочих положений на гимнастических снарядах.
9. Права и обязанности судей бригады Д и Е.
10. Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике.
11. Цель, задачи и средства ОФП в группах начальной подготовки.
12. Средства и методы развития развитие гибкости в группах начальной подготовки в гимнастике.
13. Средства и методы развития развитие координации в группах начальной подготовки в гимнастике.
14. Средства и методы развития развитие выносливости в группах начальной подготовки в гимнастике.
15. Средства и методы развития развитие силы в группах начальной подготовки в гимнастике.
16. Гимнастические праздники и выступления.
17. Цель, задачи и средства тактической подготовки в группах начальной подготовки
18. Этапы подготовки соревнований.
19. Массовые соревнования по гимнастике в группах начальной подготовки.
20. Общая характеристика технической подготовки в группах начальной подготовки.
21. Содержание технической подготовки в группах начальной подготовки.
22. Структура физической подготовки в гимнастике в группах начальной подготовки.
23. Виды физической подготовки в гимнастике в группах начальной подготовки.
24. Этапы развития физической подготовки гимнастов в группах начальной подготовки.
25. Структура занятий по спортивной гимнастике в группах начальной подготовки.
26. Типы занятий спортивной гимнастикой в группах начальной подготовки.
27. Планирование спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
28. Построение спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
29. Средства и методы спортивной тренировки в группах начальной подготовки.
30. Тренировочные нагрузки в группах начальной подготовки.
31. Управление тренировочными нагрузками в группах начальной подготовки.
32. Значение и место хореографии в группах начальной подготовки.
33. Характеристика средств, применяемых на уроках хореографии в группах начальной подготовки.
34. Этапы хореографической подготовки в группах начальной подготовки.
35. Задачи урока хореографии в группах начальной подготовки.
36. Классификация уроков хореографии в группах начальной подготовки.
37. Структура урока хореографии в группах начальной подготовки.
38. Принципы построения урока хореографии в группах начальной подготовки.
39. Музыка в уроке хореографии в группах начальной подготовки.

V курс, 9 семестр

(зачет)

Зачетные вопросы

1. Основные тенденции развития упражнений на перекладине
2. Основные тенденции развития упражнений брусках разной высоты
3. Классификация и структурные типы упражнений на перекладине

4. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях р/в.
5. Основы техники упражнений на перекладине
6. Основы техники упражнений на брусьях разной высоты
7. Базовые упражнения на перекладине
8. Базовые упражнения на брусьях разной высоты
9. Типичные соединительные движения на перекладине
10. Типичные соединительные движения на брусьях разной высоты
11. Стратегия подготовки на перекладине
12. Стратегия подготовки на брусьях разной высоты
13. Теоретические предпосылки и обоснование спортивной ориентации и отбора.
14. Задачи, содержание и виды отбора.
15. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования.
16. Методы отбора.
17. Организация отбора и комплектование групп на разных этапах подготовки.
18. Характеристика упражнений на бревне и тенденции их развития.
19. Классификация и структурные типы упражнений на бревне.
20. Основы техники упражнений на бревне.
21. Базовые упражнения на бревне.
22. Характеристика вольных упражнений и тенденции их развития.
23. Классификация и структурные типы вольных упражнений.
24. Элементарные навыки исполнения вольных упражнений
25. Базовые акробатические прыжки.
26. Стратегия подготовки в вольных упражнениях.
27. Характеристика упражнений на брусьях и тенденции их развития.
28. Классификация и структурные типы упражнений на брусьях.
29. Основы техники упражнений на брусьях
30. Базовые упражнения на брусьях.
31. Характеристика упражнений на коне и тенденции его развития.
32. Классификация и структурные типы упражнений на коне.
33. Основы техники упражнений на коне.
34. Базовые упражнения на коне.
35. Характеристика опорных прыжков и тенденции их развития.
36. Классификация и структурные типы опорных прыжков.
37. Основы техники опорных прыжков.
38. Базовые опорные прыжки.

V курс, 10 семестр
(экзамен)
Экзаменационные вопросы

1. Соблюдение основных правил методики обучения и организации занятий.
2. Размещение снарядов при проведении соревнований различного уровня.
3. Характеристика судейства соревнований.
4. Состав судейской коллегии.
5. Права и обязанности судей.
6. Основы судейства в гимнастике.
7. Техника судейства соревнований.
8. Оценка упражнений на соревнованиях.
9. Работа судей бригады Е.
10. Работа судей бригады Д.

11. Реализация дидактических принципов в спортивной гимнастике.
12. Особенности взаимодействия гимнастических упражнений.
13. Цели, задачи и особенности процесса обучения в гимнастике.
14. Основные факторы, определяющие эффективность процесса обучения
15. Методы обучения гимнастическим упражнениям на различных этапах обучения.
16. Приемы обучения гимнастическим упражнениям.
17. Особенности профессии тренера.
18. Работа тренера творческий процесс
19. Функции тренера.
20. Деловые и личностные контакты тренера.
21. Педагогические способности тренера.
22. Специализация тренера.
23. Общая характеристика принципов спортивной тренировки
24. Единство углубленной специализации и направленности к высшим достижениям.
25. Единство общей и специальной подготовки.
26. Непрерывность тренировочного процесса.
27. Постепенность возрастания нагрузок и тенденции стремления к максимальным результатам.
28. Волнообразность динамики тренировочных нагрузок.
29. Цели и задачи спортивной тренировки.
30. Основные стороны содержания спортивной тренировки.
31. Структура занятия по спортивной гимнастике.
32. Значение технических средств в спортивной гимнастике.
33. Классификация технических средств, устройств и тренажеров.
34. Характеристика вспомогательных снарядов и устройств.
35. Технические средства в видах гимнастического многоборья.
36. Типы занятий спортивной гимнастикой.
37. Понятие о внешней и внутренней нагрузке.
39. Объем и интенсивность тренировочных нагрузок.
40. Единицы и индексы нагрузки.
41. Факторы, лимитирующие нагрузку.
42. Методы измерения нагрузки.
43. Особенности подготовительной части занятия по гимнастике.
44. Особенности основной части занятия в спортивной гимнастике.
45. Особенности заключительной части занятия в спортивной гимнастике.

Критерии оценивания обучающегося на экзамене

зачтено/ незачтено	Оценка	Критерии
зачтено	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий,

		исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
незачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Итоговая оценка по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта: гимнастика» формируется на основе качества выполненных текущих заданий (наличие конспектов лекций, сдача контрольных нормативов, выполнение лабораторных, контрольных работ, тестовых заданий и т.д.).

Зачетно-экзаменационные требования

1. Знать теоретический материал в объеме программы курса.
2. Выполнить требования учебной практики.
3. Демонстрация техники элементов гимнастического многоборья.
4. Выполнить контрольную работу по предложенной тематике.
5. Сдать экзамен по теоретическому курсу.

Данные варианты оценочных средств подбираются с учетом индивидуальных особенностей студентов, имеющих ограниченные возможности по следующим нозологическим признакам:

- поражение опорно-двигательного аппарата: опрос; контрольная работа; анализ

практического занятия; конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат,

- нарушение зрения: опрос; анализ практического занятия (устно),
- нарушение слуха и речи: контрольная работа; анализ практического занятия (письменно); конспект занятия; тестовые задания, выполняемые на компьютере; реферат.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Основная литература:

1. Сетевая электронная библиотека ООО «Издательство «Лань».
2. ООО «Электронное издательство «Юрайт»

Дополнительная литература:

1. ООО «Консультант студента».
2. ООО «КноРус медиа»

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ».

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
2. Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
3. Интернет-ресурсы (сайт ВГАС) w.w.w. vgifk.ru
4. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>
5. Культура физическая и здоровье [http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/\(link isexternal\)](http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/(link isexternal))
6. Физкультура и спорт (журнал) [http://www.fismag.ru/\(link isexternal\)](http://www.fismag.ru/(link isexternal))
7. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>);
8. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
9. Научный портал <http://www.teoriya.ru;>
10. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>
11. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГИФК, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по элективной дисциплине: «Теория и методика избранного вида спорта (спортивная гимнастика)» имеется:

Гимнастический зал (корпус 1) по адресу ул. К. Маркса, д.59: проведение практических занятий и соревнований по спортивной гимнастике имеется:

- гимнастический зал на 2 комплекта снарядов с необходимым оборудованием (снаряды для женского и мужского гимнастического многоборья);

- магнитофон «Филипс» – 1 шт.
- телевизор «Самсунг» – 1 шт.
- гантели – 12 пар.
- мяч (теннисный.) – 21 шт.
- брусья параллельные – 2 шт.
- перекладина высокая – 1 шт.
- перекладина низкая – 1 шт.
- кольца на монорельсе – 1 шт.
- кольца высокие с фермой – 1 шт.
- гимнастическая стенка (шведская) – 6 шт.
- гимнастическое бревно (низкое) – 1 шт.
- гимнастическое бревно – 1 шт.
- гимнастический конь-махи – 2 шт.
- дорожка для разбега (опорный прыжок) – 1 шт.
- гимнастический стол – 1 шт.
- гимнастический мостик – 1 шт.
- хореографический станок – 1 шт.
- батут – 1 шт.
- лонжа – 1 шт.
- поролоновые маты – 10 шт.
- окладные маты – 7 шт.
- гимнастическая скамья – 3 шт.
- гимнастические палки – 20 шт.
- гимнастические канаты – 5 шт.
- зеркала для хореографии

Методический кабинет № 401 (корпус 1) по адресу ул. К.Маркса, д.59 для проведения лекционных и лабораторных занятий: (спортивная гимнастика)

- стол-парта – 14 шт.
- скамьи – 11 шт.
- доска ученическая – 1 шт.
- экран настенный – 1 шт.

- мультимедиа проектор – 1 шт.

- ноутбук – 1 шт

Использование инвентаря и оборудования на практических занятиях проводится с учётом индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Институт имеет современную информационную базу, обеспечивающую возможность оперативного получения и обмена информацией с отечественными и зарубежными вузами, предприятиями и организациями, получение информации из интернета используя Wi-Fi.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- **для слабослышащих студентов** – видеоматериалы и презентации лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий;

- **для слабовидящих студентов** – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон);

- **для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата** - используются все выше указанные средства.

Аудитории, в которых проводятся учебные занятия по данному модулю, оснащены видео и аудиотехникой, мультимедийной системой.

Использование в образовательном процессе социально-активных и рефлексивных методов обучения, обеспечение студентов электронными образовательными ресурсами дают возможность эффективного усвоения учебного материала.

Адаптация фонда оценочных средств данного модуля к специфическим особенностям студентов с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп позволяет адекватно оценить достижение ими запланированных в модуле результатов обучения и уровень сформированности профессиональных компетенций.

