

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

С.Ю. Рубцова

« 30 » мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.22 «Гимнастика»

Направление подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование

Профиль: «Физическая культура»

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная/заочная

Южно-Сахалинск, 2019г.

Рабочая программа дисциплины «Гимнастика» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.03.01 – Педагогическое образование

Программу составил:
доцент кафедры физической культуры
и спорта, к.п.н.



Л.Е. Власова

Рабочая программа дисциплины «Гимнастика» утверждена на заседании кафедры физической культуры и спорта

протокол №_10_ от «_27_»_июня_2017 г.

Зав. кафедрой, к.п.н., доцент Пронкина С.А.



Рецензент :

Савостин Николай Михайлович, доцент кафедры естественно-научных дисциплин ГБОУ «Институт развития образования Сахалинской области» _____


В программу внесены изменения:

протокол №_10_ от «_19_»_июня_2018 г.

Зав. кафедрой, к.п.н., доцент Пронкина С.А.



1. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Реализация программы по дисциплине «Гимнастика с методикой преподавания» предполагает формирование у студентов компетенций, обеспечивающих готовность студентов к решению профессиональных задач педагогического содержания, вооружение умением выделять вопросы спортивной подготовки в практической деятельности, адекватно их классифицировать и находить пути их решения.

Цель дисциплины – освоение технологии профессиональной деятельности педагога физической культуры на основе специфики дисциплины «Гимнастика».

Задачи дисциплины:

- обеспечение студентов необходимыми запасами знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточным уровнем физической подготовленности для сохранения и укрепления их здоровья;
- формирование профессиональных умений педагога физической культуры в процессе обучения гимнастическим двигательным действиям;
- - формирование комплекса знаний, умений и навыков в области гимнастики;
- - формирование умений и навыков научно-методической деятельности в области гимнастики;
- формирование комплекса двигательных навыков и физических качеств, необходимых в профессиональной деятельности педагога по физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы бакалавриата

Дисциплина входит в число обязательных дисциплин вариативной части программы бакалавриата. Шифр дисциплины по учебному плану: Б1.В.ОД.22.

Освоение дисциплины «Гимнастика», наряду с другими обязательными дисциплинами вариативной части программы, направлено на формирование способности студентов к осуществлению таких видов профессиональной деятельности, как педагогическая, проектная, учебно-исследовательская.

При изучении дисциплины студенты должны опираться на знания, полученные при изучении курсов «Анатомия человека», «Педагогика», «Психология», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры и спорта».

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

а) общепрофессиональных (ОПК):

- готовностью сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности (ОПК-1);

б) профессиональных (ПК):

- готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в

соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);

способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2);

способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- историю возникновения и развития гимнастики в России и за рубежом;
- виды гимнастики;
- термины гимнастических упражнений и их классификацию;
- основы техники гимнастических упражнений, а также особенности их выполнения с учетом физических закономерностей;
- основные принципы, средства и методы обучения;
- причины и меры предупреждения травм;
- значение и место гимнастики в системе физического воспитания;
- особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств при занятиях гимнастикой;
- возрастные особенности учащихся младших, средних и старших классов и методику проведения занятий по гимнастикой с различными возрастными группами учащихся;
- урочные и внеурочные формы проведения занятий по гимнастике;
- методику организации и проведения соревнований;

Уметь:

- формулировать конкретные задачи в процессе занятий гимнастикой с различными возрастными группами;
- оценивать эффективность занятий по гимнастике;
- осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения занятий гимнастикой с лицами различного возраста;
- уметь овладевать новыми видами гимнастики в процессе самообразования и самосовершенствования;
- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий;
- применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении физических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;
- применять навыки научно-методической деятельности для решения конкретных задач, возникающих в процессе проведения занятий по гимнастике;
- применять методы врачебно-педагогического контроля в конкретных ситуациях профессиональной деятельности;
- определять причины ошибок и находить методику их устранения в процессе освоения гимнастических упражнений и развития физических качеств.

Владеть:

- методикой организации и проведения соревнований по гимнастике;
- техникой выполнения строевых, общеразвивающих и упражнений на снарядах;
- методами контроля и оценки физической и технической подготовленности занимающихся;
- рациональной организацией проведения занятий по гимнастике;
- гимнастической терминологией в процессе занятий.

4. Структура и содержание дисциплины

Дисциплина реализуется в 3-4 семестре. Общая трудоёмкость дисциплины составляет 4 зачётных единицы, 144 часа. Вид итоговой аттестации – зачет.

3 семестр: 18 часов - лекции, 18 часов практические занятия, 36 часов - самостоятельная работа, зачет.

4 семестр: 18 часов - лекции, 18 - практические занятия, 6 часов- самостоятельная работа, зачет.

Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Лекции (час)	Практика (час)	Самостоятельная работа (час)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
РАЗДЕЛ I. ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ «ГИМНАСТИКА»						
Тема 1. Гимнастика как педагогическая дисциплина, предмет и задачи гимнастики.	3		2	2	6	Подготовка к семинару
Тема 2. История зарождения и развития гимнастики	3		2	4	6	реферат
Тема 3. Гимнастическая терминология	3		4	4	6	Самостоятельная работа
Тема 4. Строевые упражнения	3		4	4	6	Самостоятельная работа
Тема 5. Общеразвивающие упражнения	3		4	4	6	Самостоятельная работа
Тема 6. Меры предупреждения травм	3		2		6	Самостоятельная работа
ИТОГО:			18	18	36	
РАЗДЕЛ II.МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ГИМНАСТИЧЕСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ						
Тема 7. Основы техники гимнастических упражнений	3		2	2	6	Контрольная работа
Тема 8. Методика обучения гимнастическим упражнениям	3		2	2	6	Контрольная работа
Тема 9. Методика судейства. Организация и проведение соревнований по гимнастике	3		2	2	6	Контрольная работа
ИТОГО:						

РАЗДЕЛ III. ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ						
Тема 10. Методика составления план-конспект урока по гимнастике	4		4	4	6	Самостоятельная работа
Тема 11. Методика проведения урока по гимнастике	4		4	4	6	Самостоятельная работа
Тема 12. Особенности проведения занятий по гимнастике с разными возрастными группами.	4		4	4	6	Самостоятельная работа
ИТОГО:			18	18	36	
ИТОГО:						

4.1. Содержание дисциплины

РАЗДЕЛ I.

Тема 1. Гимнастика как педагогическая дисциплина, предмет и задачи гимнастики. (2 часа).

Лекция №1 (2 часа).

Введение в предмет. Понятие гимнастика. Гимнастика как средство физического воспитания. Гимнастика как учебная и научная дисциплина.

Тема 2. История зарождения и развития гимнастики (2 часа).

Лекция №2 (2 часа).

Зарождение и развитие гимнастики с древнейших времен. Древняя Греция, Древний Рим, гимнастика в древнем Китае и Индии.

Гимнастика в средневековье и в Новое время. Возникновение и развитие национальных систем гимнастики.

Развитие гимнастики в дореволюционной России и на современном этапе.

История развития других видов гимнастики. Зарождение и развитие художественной гимнастики. Зарождение и развитие спортивной акробатики

Тема 3. Гимнастическая терминология (2 часа).

Лекция №3 (2 часа).

Значение и краткая история развития терминологии, понятия термин и терминология. Требования предъявляемые к терминологии, способы образования терминов, правила их применения. Правила сокращений в терминологии. Правила уточняющие запись и название упражнений.

Формы записи гимнастических упражнений. Правила записи гимнастических упражнений: общеразвивающих, вольных и упражнений на гимнастических снарядах.

Основные понятия, используемые в гимнастике. Основные и промежуточные положения рук, ног и движения ими. Термины основных групп гимнастических упражнений: ОРУ, вольных, акробатических, упражнений на снарядах, упражнений художественной гимнастики и др.

Тема 4. Строевые упражнения (6 часов).

Лекция №4 (2 часа).

Строевые упражнения: основные понятия, строевые приемы, построения, перестроения, размыкания, смыкания, передвижения.

Практическое занятие №1 (2 часа).

Обучение строевые упражнения: строевые приемы, построения, перестроения, размыкания, смыкания, передвижения.

Практическое занятие №2 (2 часа).

Обучение умениям и навыкам применять строевые упражнения: строевые приемы, построения, перестроения, размыкания, смыкания, передвижения.

Тема 5. Общеразвивающие упражнения (6 часов).**Лекция №5 (2 часа).**

Общеразвивающие упражнения: значение и классификации, ОРУ для развития отдельных физических качеств, правила составления комплексов ОРУ

Практическое занятие №3 (2 часа).

Методика подбора и чередования упражнений в комплексе ОРУ.

Практическое занятие №4 (2 часа).

Обучение умениям и навыкам применять методику подбора и проведения комплекса ОРУ.

Тема 6. Меры предупреждения травм**Лекция №6 (2 часа).**

Особенности помощи и страховки при выполнении упражнений на различных гимнастических снарядах и в вольных упражнениях.

Основные причины травматизма на занятиях гимнастикой.

Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.

Тема 7. Основы техники гимнастических упражнений (6 часов).**Лекция №7 (2 часа).**

Классификация гимнастических упражнений. Характеристика силовых и маховых упражнений. Понятие внешние и внутренние силы. Закон сохранения количества движения и момента количества движения. Техника строевых и общеразвивающих упражнений. Характеристика прикладных упражнений.

Практическое занятие №5 (2 часа).

Техника строевых, ОРУ и упражнений на снарядах. Классификация упражнений на снарядах. Закон сохранения количества движения и момента количества движения. Внутренние и внешние силы.

Практическое занятие №6 (2 часа).

Классификация прикладных упражнений. Упражнения в равновесии, лазание и перелезание, метание и ловля, переползания, переноска грузов, преодоление препятствий.

Тема 8. Методика обучения гимнастическим упражнениям (6 часов).**Лекция №8 (2 часа).**

Дидактические принципы обучения в гимнастике. Принцип наглядности, доступности, сознательности и активности, систематичности.

Методы обучения гимнастическим упражнениям: словесные, наглядные, целостного разучивания и разучивания по частям.

Основы методики обучения гимнастическим упражнениям. Этапы обучения гимнастическим упражнениям

Практическое занятие №7(2 часа).

Обучение акробатическим упражнениям и опорным прыжкам.

Практическое занятие №8 (2 часа).

Обучение упражнениям на снарядах.

Тема 9. Методика судейства. Организация и проведение соревнований по гимнастике (4 часа).**Лекция №9 (2 часа).**

Обучение методики судейства на отдельных видах, характеристика соревнований, организация соревнований, проведение соревнований, положение соревнований.

Практическое занятие №9(2 часа).

Судейство на городских соревнования по спортивной гимнастике.

Тема 10. Методика составления план-конспект урока по гимнастике(10 часов)

Лекция №1(2часа)

Методика составления подготовительной части урока

Лекция №2(2часа)

Методика составления основной части урока(2часа)

Лекция №3(2часа)

Методика составления заключительной части урока(2часа)

Практическое занятие №1(2 часа).

Составление план конспекта на уроке по гимнастике в школе (2 часа)

Практическое занятие №2(2 часа)

Составление план конспекта на тренировке в ДЮСШ по гимнастике(2 часа)

Тема 11. Методика проведения урока по гимнастике

Лекция №4(2часа)

Методика проведения подготовительной части урока

Лекция №5(2часа)

Методика проведения основной части урока(2часа)

Лекция №6(2часа)

Методика проведения заключительной части урока(2часа)

Практическое занятие №3(2 часа).

Проведение урока по гимнастике в школе (2 часа)

Практическое занятие №4(2 часа)

Проведение тренировки в ДЮСШ по гимнастике(2 часа)

Тема 12. Особенности проведения занятий по гимнастике с разными возрастными группами.

Лекция №7(2часа)

Методика проведения занятий по гимнастике с разными возрастными группами

Младший школьный возраст (7-9лет)

Средний школьный возраст (10-14лет)

Старший школьный возраст (15-17лет)

Практическое занятие №5(2 часа)

Проведение занятия по гимнастике с младшим школьным возрастом (7-9лет)

Практическое занятие №6(2 часа)

Проведение занятия по гимнастике со средним школьным возрастом (10-14лет)

Практическое занятие №7(2 часа)

Проведение занятия по гимнастике со старшим школьным возрастом (15-17)лет.

5. Образовательные технологии

В процессе преподавания дисциплины используются как классические формы и методы обучения (лекции, практические занятия), так и активные методы обучения. Интерактивные методы обучения – наиболее современная форма активных методов.

Интерактивное обучение – это диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие между студентом и преподавателем, между самими студентами. Цель состоит в создании комфортных условий обучения, при которых студент или слушатель чувствует свою успешность, свою интеллектуальную состоятельность, что делает продуктивным сам процесс обучения, дать знания и навыки, а также создать базу для работы по решению проблем после того, как обучение закончится.

Основным методом обучения является метод практического выполнения двигательных действий, в ходе которого студенты овладевают навыками в технике гимнастического спорта. При этом соблюдаются этапы формирования двигательных навыков: создание представления и первоначального разучивания; углубленного и детализированного разучивания и совершенствования.

6. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

Код компетенции	Критерии в соответствии с уровнем освоения ОП			Виды занятий (лекции, семинарские, практические, лабораторные)	Оценочные средства (тесты, творческие работы, проекты и др.)
	пороговый (удовл.)	базовый (хор.)	повышенный (отл.)		
ОК-5	Владеет методикой подготовки к проведению строевых и общеразвивающих упражнений Знает: термины строевых и ОРУ.	Знает команды для проведения строевых и общеразвивающих упражнений Знает: где отыскать информацию о строевых и ОРУ. Умеет: находить и разрабатывать упражнения для проведения частей урока.	Знает требования применяемые к преподавателю при проведении строевых и ОРУ. Знает: и правильно применяет методику подбора упражнений для проведения первой части урока Умеет: использовать информационные технологии при подготовке к занятиям. Анализировать и вносить коррекцию при подборе упражнений, организовать занятия гимнастикой.	Лекции и практические	ПФ-6, ИС-6, ПФ-12, ПФ-13
	Умеет: организовать диагностику физической и технической подготовленности занимающихся гимнастикой.				
	Владеет: методикой выявления уровня физической подготовленности занимающихся	Владеет: методикой оперативного и текущего контроля, над уровнем физической и технической подготовленности занимающихся.	Владеет: организацией занятий гимнастикой, методами оперативного, текущего и итогового контроля, методикой оценки уровня физической подготовленности для анализа и корректировки своей деятельности		

ПК-2	Знает: методику подбора средств для решения задач школьного урока по гимнастике Умеет: взаимодействовать с ведущими занимающимися Владеет: методами и формами организации занимающихся	Знает: методику организации и проведения школьных уроков. наглядные методы обучения Умеет: взаимодействовать с занимающимися, опираясь на их способности и индивидуальные отличия Владеет: методами и формами организации занимающихся, проектной технологией	Знает: современные технологии обучения гимнастическим упражнениям, методику применения технических средств обучения. Умеет: взаимодействовать с занимающимися, опираясь на их способности и индивидуальные отличия, организовать обучающихся в совместной тренировочной и соревновательной деятельности Владеет: методами и формами организации занимающихся, проектной технологией, методикой педагогического общения, педагогическим тактом и этикой	Лекции и практические	ПФ-6 ИС-3 ИС-8 ИС-12
	Умеет: проектировать процесс обучения двигательным действиям и развития физических качеств	Умеет: проектировать процесс обучения двигательным действиям и развития физических качеств, разработать план-конспект занятия гимнастикой.	Умеет: проектировать процесс обучения двигательным действиям и развития физических качеств, разработать план-конспект отдельного тренировочного занятия, годичный план подготовки, проект модели подготовки юных спортсменов		

	Владеет: основами проектировани я документов планирования	Владеет: основами проектирования документов планирования, методикой проектирования плана- конспекта тренировочного занятия	Владеет: основами проектирования документов планирования, методикой проектирования плана-конспекта тренировочного занятия. Грамотно подбирает упражнения комплекс. в		
--	---	--	---	--	--

Вопросы к зачету по дисциплине «Гимнастика»

1. Характеристика видов гимнастики и их место в системе физического воспитания России.
2. Методические особенности гимнастики.
3. Характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
5. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
6. Характеристика прикладных видов гимнастики.
7. Характеристика спортивных видов гимнастики.
8. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
9. Техника и методика обучения разновидностям ходьбы, бега, метанию и ловле предметов, упражнениям в равновесии.
10. Техника и методика обучения упражнениям в лазании и перелезании, упражнениям в поднимании и переноске грузов.
11. Техника и методика обучения лазанию по канату в два приема.
12. Техника и методика обучения лазанию по канату в три приема,
13. Характеристика гимнастической терминологии (понятие термин, значение терминологии и предъявляемые к ней требования).
14. Правила сокращения записи и названия гимнастических упражнений.
15. Правила уточняющие запись и название гимнастических упражнений.
16. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений и упражнений на снарядах.
17. Термины строевых упражнений (дать определение десяти терминам).
18. Термины общеразвивающих упражнений и их определение.
19. Термины упражнений на снарядах и их определение.
20. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация).
21. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
22. Характеристика общеразвивающих упражнений (классификация, задачи, способы проведения).

23. Методика подбора и составления комплексов общеразвивающих упражнений. Методика разучивания общеразвивающих упражнений.
24. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений с предметами (мячами, палками, гантелями).
25. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений в парах и на гимнастической стенке.
26. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке.
27. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений поточным, серийным и проходным способами.
28. Внешние силы и их проявление при выполнении двигательных действий.
29. Внутренние силы и их проявление при выполнении двигательных действий в гимнастике.
30. Характеристика статических силовых упражнений.
31. Характеристика динамических силовых упражнений.
32. Характеристика маховых упражнений (Классификация, фазы и стадии двигательных действий при выполнении маховых упражнений).
33. Проявление закона сохранения количества движения при выполнении маховых упражнений в гимнастике.
34. Проявление закона сохранения момента количества движения при выполнении маховых упражнений в гимнастике.
35. Характеристика физических качеств, которые проявляются при выполнении силовых и маховых гимнастических упражнений.
36. Характеристика специальных гимнастических навыков.
37. Характеристика прыжков в гимнастике (классификация и фазы двигательных действий).
38. Характеристика акробатических упражнений (классификация, особенности техники упражнений структурных групп).
39. Методика оценки выполнения гимнастических упражнений. Виды ошибок и величина сбавки за них на видах многоборья.
40. Понятие «попытка», сбавки за невыполнение элементов и падения на видах многоборья. Выведение окончательной оценки.

**Контрольные вопросы
для итоговой аттестации студентов по дисциплине
«Гимнастика»**

1. Характеристика видов гимнастики и их место в системе физического воспитания России.
2. Методические особенности гимнастики.
3. Характеристика средств гимнастики.
4. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
5. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
6. Характеристика прикладных видов гимнастики.
7. Характеристика спортивных видов гимнастики.
8. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
9. Техника и методика обучения разновидностям ходьбы, бега, метанию и ловле предметов, упражнениям в равновесии.

10. Техника и методика обучения упражнениям в лазании и перелезании, упражнениям в поднимании и переноске грузов.
11. Техника и методика обучения лазанию по канату в два приема.
12. Техника и методика обучения лазанию по канату в три приема,
13. Характеристика гимнастической терминологии (понятие термин, значение терминологии и предъявляемые к ней требования).
14. Правила сокращения записи и названия гимнастических упражнений.
15. Правила уточняющие запись и название гимнастических упражнений.
16. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений и упражнений на снарядах.
17. Термины строевых упражнений (дать определение десяти терминам).
18. Термины общеразвивающих упражнений и их определение.
19. Термины упражнений на снарядах и их определение.
20. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация).
21. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
22. Характеристика общеразвивающих упражнений (классификация, задачи, способы проведения).
23. Методика подбора и составления комплексов общеразвивающих упражнений. Методика разучивания общеразвивающих упражнений.
24. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений с предметами (мячами, палками, гантелями).
25. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений в парах и на гимнастической стенке.
26. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке.
27. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений поточным, серийным и проходным способами.
28. Внешние силы и их проявление при выполнении двигательных действий.
29. Внутренние силы и их проявление при выполнении двигательных действий в гимнастике.
30. Характеристика статических силовых упражнений.
31. Характеристика динамических силовых упражнений.
32. Характеристика маховых упражнений (Классификация, фазы и стадии двигательных действий при выполнении маховых упражнений).
33. Проявление закона сохранения количества движения при выполнении маховых упражнений в гимнастике.
34. Проявление закона сохранения момента количества движения при выполнении маховых упражнений в гимнастике.
35. Характеристика физических качеств, которые проявляются при выполнении силовых и маховых гимнастических упражнений.
36. Характеристика специальных гимнастических навыков.
37. Характеристика прыжков в гимнастике (классификация и фазы двигательных действий).
38. Характеристика акробатических упражнений (классификация, особенности техники упражнений структурных групп).
39. Методика оценки выполнения гимнастических упражнений. Виды ошибок и величина сбавки за них на видах многоборья.
40. Понятие «попытка», сбавки за невыполнение элементов и падения на видах многоборья. Выведение окончательной оценки.
41. Причины травматизма и меры предупреждения травм.
42. Виды страховки и помощи. Требования, предъявляемые к страхующему.

43. Подготовительная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
44. Основная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
45. Заключительная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
46. Характеристика методов и методических приемов, применяемых при обучении гимнастическим упражнениям.
47. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
48. Вспомогательные и подводящие упражнения, методика их подбора.
49. Техника и методика обучения кувырку вперед.
50. Техника и методика обучения кувырку назад.
51. Техника и методика обучения стойке на лопатках.
52. Техника и методика обучения стойке на голове с опорой руками.
53. Техника и методика обучения стойке на руках.
54. Техника и методика обучения перевороту в сторону («колесо»)
55. Техника и методика обучения наскоку на мостик и толчку ногами.
56. Техника и методика обучения толчку руками.
57. Техника и методика обучения прыжку углом с косого разбега.
58. Техника и методика обучения прыжку боком.
59. Техника и методика обучения размахиванию и соскоку махом назад на перекладине для мужчин (М)
Техника и методика обучения размахиванию изгибами и перемаху в вис присев на нижней жерди для женщин (Ж).
60. Техника и методик обучения соскоку махом вперед на перекладине (М)
Техника и методика обучения подъему переворотом на верхнюю жердь (В/ж) из виса присев на нижней жерди (Н/ж) (Ж).
61. Техника и методика обучения подъему разгибом на брусках из упора на руках согнувшись (М), спад в вис лежа на Н/ж из упора на В/ж (Ж).
62. Техника и методика обучения обороту назад в упоре (М), соскоку углом назад с поворотом кругом на брусках Р/в (Ж).
63. Техника и методика обучения размахиванию в упоре на брусках (М),
Соскоку с конца бревна махом одной и толчком другой (Ж).
64. Техника и методика обучения подъему махом вперед из упора на руках на брусках (М), шагам полки на бревне (Ж).
65. Техника и методика обучения стойке на плечах на брусках (М), упору присев толчком ног из упора лежа на бревне (Ж).
66. Техника и методика обучения прыжку ноги врозь через коня в длину (М),
через козла (Ж).
67. Техника и методика обучения соскоку махом вперед с разноименным поворотом кругом из размахивания в упоре на брусках (М), равновесиям и видам передвижений на бревне (Ж).
68. Техника и методика обучения прыжку согнув ноги через коня в ширину.
69. Техника и методика обучения маху дугой из упора на перекладине (М), прыжкам со сменой положения ног на бревне (Ж).

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература

Теория и методика гимнастики [Текст] : учебник для вузов по напр. "Пед. образование", "Педагогика" / под ред. М.Л. Журавина, Е.Г. Сайкиной. - М. : Академия, 2012. - 496 с. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат).

б) дополнительная литература

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст] : учебник для вузов по напр. "Физ. культура" / под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 288 с. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат).
2. Физическая культура: система работы с учащимися специальных медицинских групп [Текст] : рекомендации, планирование, программы / авт.-сост. А.Н. Каинов, И.Ю. Шалаева. - Волгоград : Учитель, 2009. - 185 с.
3. Дмитриев, А.А. Физическая культура в специальном образовании [Текст]: учеб.пособие для пед.вузов / А.А. Дмитриев. - М.: Академия, 2009. - 176 с.

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Электронно-библиотечная система Elibrary-<http://elibrary.ru>

Универсальная справочно-информационная-<http://dlib.eastview.com/>

Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)- <http://icdlib.nspu.ru/>

Электронная библиотека: Библиотека диссертаций-<http://diss.rsl.ru/?lang=ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебные демонстрационные материалы.
2. Компьютерная техника, мультимедийное оборудование, оргтехника, доступ к сети Интернет, доступ к электронно-библиотечной системе.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учётом рекомендаций и основной образовательной программ ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» профиль «Физическая культура».