

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 21.02.2022 08:12:58
Уникальный программный идентификатор:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УМР
_____ В.В. Дикова
« ____ » _____ 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.06.04 «ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ»**

Уровень высшего образования
Направление подготовки

Профиль подготовки

Формы обучения

Бакалавриат
44.03.05 Педагогическое образование (с
двумя профилями подготовки)
Физическая культура и адаптивное
физическое воспитание
Очная

Рабочая программа дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2021. – 15 с.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Автор:	кандидат педагогических наук, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры	О.П. Власова
--------	---	--------------

Рецензент:	кандидат педагогических наук, доцент	Н.И. Перминова
------------	--------------------------------------	----------------

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «15» октября 2020 г., протокол № 3.

Актуализирована на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «28» августа 2021 г., протокол № 1.

Заведующий кафедрой	Т.Н. Дейкова
---------------------	--------------

Рекомендована к печати методической комиссией факультета спорта и безопасности жизнедеятельности «31» августа 2021 г., протокол № 1.

Председатель методической комиссии ФСБЖ	Л. А. Сорокина
---	----------------

Главный специалист отдела информационных ресурсов	О. В. Левинских
---	-----------------

Декан ФСБЖ	А.В. Неймышев
------------	---------------

© Нижнетагильский государственный
социально-педагогический институт
(филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», 2021.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Результаты освоения дисциплины.....	4
4. Структура и содержание дисциплины.....	5
4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы.....	5
4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины.....	5
4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины.....	6
4.4. Практические занятия.....	7
5. Образовательные технологии.....	10
6. Учебно-методические материалы	10
6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий.....	10
6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента	13
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	9
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	15

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование у студентов системы базовых знаний, умений в области теории и практики гимнастики, позволяющих им ориентироваться в вопросах истории, специальной терминологии, технике исполнения и методике преподавания, в документах планирования, и организации занятий по гимнастике для решения организационно-методических и профессионально-педагогических задач в профессиональной деятельности будущих бакалавров физической культуры и адаптивного физического воспитания.

Задачи:

Сформировать знания:

- о теоретических и методических основах гимнастики, принципах, методах и средствах, используемых при проведении занятий по гимнастике;
- о методических основах организации и проведения занятий по гимнастике; классификацию и терминологию, применяемую в гимнастике; организации и проведение соревнований по гимнастике;
- о мерах профилактики и травматизма и правилах безопасности при проведении занятий и соревнований по гимнастике.

Сформировать умения:

- анализировать технику выполнения упражнений (вольных, акробатических, художественной гимнастики, на снарядах и т.д.), составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений с разными гимнастическими предметами,
- разрабатывать документы планирования для организации, проведения занятий и соревнований по гимнастике;
- организовывать процесс обучения гимнастическим упражнениям, используя современные средства и методы физического воспитания

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» входит в базовую часть Предметно-содержательного модуля Б1.О.06. образовательной программы подготовки бакалавра по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль «Физическая культура и адаптивное физическое воспитание». Учебным планом предусмотрено изучение данной дисциплины на первом курсе (1 и 2 семестры) студентами очной формы обучения.

Изучение дисциплины базируется на освоении дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «История физической культуры и спорта», «Физическая культура», «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности».

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» методически связана с курсами «Волейбол с методикой преподавания», «Баскетбол с методикой преподавания» «Организация физического воспитания в образовательной организации».

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:
ОПК-2 - Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)

ОПК-8 - Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

ПК-6 - Способен к обеспечению охраны жизни здоровья обучающихся.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зач. ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице 1.

Таблица 1

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения	
	Очная	
	1 семестр	2 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108	
Контактная работа , в том числе:		
Лекции	6	10
Практические занятия	8	14
Самостоятельная работа , в том числе:		
Изучение теоретического курса	22	39
Контроль		
Промежуточный контроль - зачет		

4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины

Таблица 2

Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самост. работа	Формы текущего контроля успеваемости
		Лекции	Практич. занятия	Из них в интеракт . форме		
1 курс, 1 семестр						
1. Научно-теоретические основы гимнастики	6	2	-	-	4	
2. Гимнастическая терминология	12	2	2	-	8	Обсуждение в микрогруппах
3. Основы техники гимнастических упражнений	18	2	6	-	10	Оценка выполнения разработанного комплекса ОРУ с учетом применения гимнастической терминологии
Всего в 1 семестре	36	6	8		22	
1курс, 2 семестр						
4. Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий по гимнастике в	29	4	8	-	17	Моделирование занятия. Оценка план- конспект

школе						урока по гимнастике
5. Требования к гимнастическому оборудованию. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	14	2	2	-	10	Моделирование занятия. Оценка организации и проведения урока по гимнастике
6. Организация и проведение соревнований по гимнастике	20	4	4	-	12	Обсуждение разработанного положения о соревнованиях по гимнастике
Подготовка и сдача зачета	9	-	-	-		
Всего в 2 семестре	72	10	14	-	39	
Всего по дисциплине	108	16	22		61	

4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины

Тема 1. Научно-теоретические основы гимнастики (2 часа)

Лекция 1. Научно-теоретические основы гимнастики (2 часа). Гимнастика, как часть системы физического воспитания и базовый вид физкультурно-спортивной деятельности. Комплексное решение задач физического воспитания: образовательных, оздоровительных и воспитательных на занятиях гимнастикой. Характеристика гимнастики как одного из основных средств, методов и форм занятий, направленных на решение задач укрепления здоровья, гармоничного развития функций организма человека, развития двигательных способностей, формирования двигательных умений и навыков, психических качеств. Методические особенности гимнастики.

Тема 2. Гимнастическая терминология (4 часа)

Лекция 2. Гимнастическая терминология (2 часа). Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии; ее значение и краткая история развития. Обзор развития гимнастической терминологии. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их применения. Терминология записи общеразвивающих упражнений: для наименования положений и движений руками (основные, промежуточные направления, согнутыми руками, круговые и дугообразные движения); ногами (основные согнутыми ногами, стойки на прямых и согнутых ногах, переходы их стоек и вращений в исходное положение); головой и туловищем (наклоны, повороты, круговые движения, упоры, седы, равновесия).

Практические занятия 1. Гимнастическая терминология (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Правила записи общеразвивающих упражнений.
2. Терминология и правила записи акробатических упражнений.
3. Терминология и правила записи вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
4. Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

Задание: Педагогическая игра «Знатоки гимнастической терминологии». Карточки с пиктограммами, описать положение, используя гимнастическую терминологию.

Тема 3. Основы техники гимнастических упражнений (8 часа)

Лекция 3. Основы техники гимнастических упражнений (2 часа).

Техника гимнастических упражнений и общие закономерности, лежащие в ее основе. Проявление всех форм движения материи в произвольных движениях человека. Специфические особенности работы двигательного аппарата, анализаторных систем, систем энергообеспечения, психических и личностных свойств гимнаста при овладении гимнастическими упражнениями.

Строевые упражнения.

Основные понятия, управление строем, правила подачи команд, форма рапорта, строевые приемы, расчет строя, повороты на месте и в движении. Перестроения, ходьба, передвижения, фигурная маршировка. Размыкания, бег, быстро чередуемые прыжки. Упражнения на внимание, игры и эстафеты.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

Без предметов и с предметами, индивидуальные, парные, вдвоем и в сопротивлении, групповые, на гимнастической стенке и у стенки, на гимнастической скамейке и со скамейкой, с гантелями, с набивными мячами, с гимнастическими палками, с резиновыми мячами, скакалкой и обручем, с элементами ритмической гимнастики с элементами хореографии и художественной гимнастики. Методика проведения ОРУ.

Вольные упражнения.

Вольные упражнения на 16-32 счетов (учебная комбинация) с включением различных движений руками, ногами, туловищем, головой и простейших акробатических элементов. Учебная комбинация на 16-32 счетов с включением движений, различных по ритму, характеру и направленности, акробатических элементов, прыжков, танцевальных движений.

Прикладные упражнения.

Переползание, переноска партнера и груза. Лазание по гимнастической стенке, скамейке, лестнице и канату. Способы остановок на канате — завязывание. Равновесие, метание, простые прыжки.

Акробатические упражнения.

Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Группировки, перекувырки, перевороты, равновесие, стойки, мосты, перемахи, поддержки, седы, шпагаты, элементы спортивной акробатики. Соединения из акробатических элементов.

Опорные прыжки.

Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Прямые и боковые через козла и коня, установленные продольно и поперек. Изучение экзаменационного упражнения.

Упражнения на снарядах:

Упражнения на бревне.

Техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь. Вскоки, статические положения, передвижения, повороты, прыжки, кувырки, соскоки.

Практические занятия 2,3,4. Основы техники гимнастических упражнений (6 часа).

Учебные вопросы:

1. Строевые упражнения: определение, общие понятия,
2. Классификация: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.
3. Методика проведения и обучения.
4. Демонстрация профессионально-практических умений в проведении строевых упражнений по учебным карточкам.

Задание 1, 2: Подготовить и разучить комплексы ОРУ (без предмета и с предметами (с гимнастической палкой, скакалкой, мячом)) по рассказу, по показу, по разделениям.

Задание 3: Управление движением строя. Строевые приемы. Перестроения на месте. Выполняем задания по учебным карточкам.

Тема 4. Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий гимнастикой в школе (12 часа)

Лекция 4, 5. Организация и содержание занятий гимнастикой в школе (4 часа). Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию. Урок гимнастики, его разновидности по педагогическим задачам и структуре. Требования к уроку.

Задачи, средства и требования к проведению отдельных частей урока. Плотность урока. Методы и приемы регулирования функциональной и психической нагрузки занимающихся.

План-конспект урока. Особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Организация урока. Оценка и учет успеваемости учащихся. Организация, содержание и методика проведения гимнастики в режиме учебного дня: гимнастика до занятий, физкультминутка, подвижная перемена и др.

Особенности организации, содержание и методика проведения внеклассной работы по гимнастике. Самостоятельные формы занятий гимнастикой (зарядка, выполнение домашних заданий, индивидуальные тренировки), их организация, содержание и методика проведения.

Взаимосвязь различных форм занятий гимнастикой.

Места занятий (залы, помещения) и их оборудование. Гимнастические снаряды массового типа (нестандартное оборудование).

Практические занятия 5, 6, 7, 8. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе (8 часов).

Учебные вопросы:

1. Урок гимнастики, его разновидности по педагогическим задачам и структуре.
2. Требования к уроку, организация урока, особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми младшего, среднего и старшего возраста.

3. Практический разбор материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 класс общеобразовательной школы.

Задание 1, 2: Просмотр видео урока из раздела гимнастика в общеобразовательной организации. Составить план-конспект. Обсуждение.

Задание 3, 4: Реализация плана-конспекта по обучению двигательному действию из материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 классы общеобразовательной школы: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь.

Тема 5. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (4 часа).

Лекция 6. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (2 часа).

Размещение, установка и проверка гимнастических снарядов, качество оборудования и инвентаря. Требования, предъявляемые к местам размещения снарядов.

Требования, предъявляемые к техническому состоянию и установке различных снарядов: перекладины, параллельных брусьев, брусьев разной высоты, колец, прыжковых снарядов. Требования, предъявляемые к мостам для прыжков, гимнастическим матам.

Причины возникновения травматизма на занятиях гимнастикой и их характеристика. Соблюдение правил организации занимающихся на занятиях гимнастикой. Использование

помощи и страховки в процессе обучения гимнастическим упражнениям. Самостраховка занимающихся. Правила при падении и их характеристика.

Практические занятия 9. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Требования к уроку, организация урока, особенности установки инвентаря и оборудования в процессе проведения уроков гимнастики.

3. Практический разбор материала по раскладке гимнастических матов на уроках гимнастики.

Задание 1: Составить план-раскладку инвентаря и оборудования для организации занятий гимнастикой детьми разного возраста (в соответствии с освоением тем школьной программы по гимнастике). Обсуждение.

Тема 6. Организация и проведение соревнований по гимнастике (8 часов)

Лекция 7, 8. Организация и проведение соревнований по гимнастике (4 часа)

Значение правил соревнований. Характер соревнований. Программа соревнований. Порядок проведения соревнований.

Оценка упражнений. Классификация ошибок и шкала сбавок. Методика и техника судейства. Предварительный этап подготовки к соревнованиям. Отчетная документация.

Практические занятия 10, 11. Организация и проведение соревнований по гимнастике (4 часа).

Учебные вопросы:

1. Подготовка и проведение учебных соревнований по гимнастике

2. Практическое судейство выполнение упражнений гимнастического многоборья по видеоматериалам. Выполнение функции судьи, секретаря.

Задание 1: Разработать положение о проведения соревнований по гимнастике с разным контингентом. Обсуждение.

Задание 2: Организовать и провести общешкольные соревнования по гимнастике для обучающихся младшего школьного возраста. Разбор, обсуждение

4.4. Практические занятия

Таблица 3

Тематика практических заданий

№ темы	Наименование практических работ	Кол-во аудиторн. часов
Тема 2	Педагогическая игра «Знатоки гимнастической терминологии». Обсуждение в группах	2
Тема 3	Подготовить комплекс ОРУ. Выполнение комплекса ОРУ без предмета и с предметами (гимнастическими снарядами) по показу, по рассказу, по разделению.	6
Тема 4	Проанализировать содержание школьных программ (раздел гимнастика) для начального, среднего и старшего звена. Законспектировать основные темы из раздела «Гимнастика». Разработать и представить план-график, тематизированную программу, план-конспект урока по гимнастике. Организовать и провести занятие по гимнастике. Принять участие в обсуждении.	8
Тема 5	Составить план-раскладку инвентаря и оборудования для организации занятий гимнастикой с детьми разного возраста (в соответствии с освоением тем школьной программы по гимнастике). Обсуждение.	2
Тема 6	Разработать и представить положение о соревнованиях по гимнастике среди обучающихся младших классов. Сделать сообщение и принять участие в обсуждении программы.	4

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Процесс обучения по дисциплине «Гимнастика с методикой преподавания» построен с использованием традиционного подхода, при котором в ходе лекций раскрываются наиболее общие теоретические вопросы, формируются основы теоретических знаний по дисциплине, а на практических занятиях ведется работа по усвоению практических умений ведения учебной работы по гимнастике, ее преподавания.

Для формирования компетенций используются следующие технологии:

- обучение в сотрудничестве (совместная разработка и представление цикла занятий с последующим обсуждением результатов работы на занятиях в группе);
- разбор и анализ конкретных педагогических ситуаций (проектирование и моделирование ситуаций и поиск решения с помощью применения методических приемов обучения, воспитания и организации обучающихся).

В процессе освоения дисциплины предусмотрено интерактивное (диалоговое и дискуссионное) построение практических занятий:

- обсуждение, анализ и оценка выступлений студентов;
- обсуждение, анализ и оценка представленных разработок (комплексов, конспект уроков).

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий

Тема 2. Гимнастическая терминология

Практические занятия 1. Гимнастическая терминология (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Правила записи общеразвивающих упражнений.
2. Терминология и правила записи акробатических упражнений.
3. Терминология и правила записи вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
4. Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

Задание: Педагогическая игра «Знарок гимнастической терминологии». Карточки с пиктограммами, описать положение, используя гимнастическую терминологию.

Литература:

1. Власова, О. П. *Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами* [Текст] : учебно-методическое пособие / О. П. Власова. – Нижний Тагил : Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2017. – 112 с.

2. Журавин, М. Л. *Гимнастика : учебн. Для высших учебных заведений* / Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меншикова. - М., Академия, 2007.

3. Железняк, Ю. Д. *Методика обучения физической культуре : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки «Пед. образование» профиль «Физ. культура»* / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. – М. : Академия, 2013. – 256 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

Тема № 3 «Основы техники гимнастических упражнений»

Практические занятия 2. Основы техники гимнастических упражнений (6 часов)

Учебные вопросы:

1. Строевые упражнения: определение, общие понятия,
2. Классификация: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.
3. Методика проведения и обучения.
4. Демонстрация профессионально-практических умений в проведении строевых упражнения по учебным карточкам.

Домашнее задание:

Повторить основные термины положений и движений руками (основные, промежуточные направления, согнутыми руками, круговые и дугообразные движения); ногами (основные согнутыми ногами, стойки на прямых и согнутых ногах, переходы их стоек и вращений в исходное положение); головой и туловищем (наклоны, повороты, круговые движения, упоры, седы, равновесия).

Задание 1: Подготовить комплекс ОРУ (без предмета, с гимнастической палкой, скакалкой, мячом) по рассказу, по показу, по разделением.

Задание 2: Подготовить схемы управления движением строя по командам «Обход», «Противоходом налево (направо)» и др.

Литература:

1. Власова, О. П. *Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами* [Текст] : учебно-методическое пособие / О. П. Власова. – Нижний Тагил : Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2017. – 112 с.

2. Барчуков, И. С. *Физическая культура : учебник* / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

3. Журавин, М.Л. *Гимнастика : учебн. Для высших учебных заведений* / Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - М., Академия, 2007.

Тема 4. Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий гимнастикой в школе

Практические занятия 5, 6, 7, 8. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе (8 часов).

Учебные вопросы:

1. Урок гимнастики, его разновидности по педагогическим задачам и структуре.
2. Требования к уроку, организация урока, особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми младшего, среднего и старшего возраста.
3. Практический разбор материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 класс общеобразовательной школы.

Домашнее задание:

Проанализировать содержание школьных программ (раздел гимнастика) для начального, среднего и старшего звена. Законспектировать основные темы из раздела «Гимнастика».

Подготовить плана-конспекта по обучению двигательному действию из материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 классы общеобразовательной школы: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь.

Задание 1, 2: Просмотр видео урока из раздела гимнастика в общеобразовательной организации. Составить план-конспект. Обсуждение.

Задание 2, 4: Реализация плана-конспекта по обучению двигательному действию из материала по гимнастике, включенного в комплексную программу по физическому воспитанию с 1 по 11 классы общеобразовательной школы: техника выполнения, методика обучения, страховка и помощь.

Литература:

1. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки «Пед. образование» профиль «Физ. культура» / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. – М. : Академия, 2013. – 256 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

2. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.

Тема 5. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике

Практические занятия 9. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Требования к уроку, организация урока, особенности установки инвентаря и оборудования в процессе проведения уроков гимнастики.

3. Практический разбор материала по раскладке гимнастических матов на уроках гимнастики.

Домашнее задание:

Задание 1: Составить план-раскладку инвентаря и оборудования для организации занятий гимнастикой детьми разного возраста (в соответствии с освоением тем школьной программы по гимнастике). Обсуждение.

Литература:

1. Власова, О. П. Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами [Текст] : учебно-методическое пособие / О. П. Власова. – Нижний Тагил : Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2017. – 112 с.

2. Барчуков, И. С. Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

3. Журавин, М.Л. Гимнастика : учебн. Для высших учебных заведений / Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - М., Академия, 2007.

Тема 6. Организация и проведение соревнований по гимнастике

Практические занятия 10, 11. Организация и проведение соревнований по гимнастике (4 часа).

Учебные вопросы:

1. Подготовка и проведение учебных соревнований по гимнастике

2. Практическое судейство выполнение упражнений гимнастического многоборья по видеоматериалам.

Задание: Разработать положение о проведения соревнований по гимнастике с разным контингентом. Обсуждение.

Домашнее задание:

Задание 1: Разработать положение о проведения соревнований по гимнастике с разным контингентом.

Литература:

1. Журавин, М.Л. Гимнастика : учебн. Для высших учебных заведений / Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - М., Академия, 2007.

2. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки «Пед. образование» профиль «Физ. культура» / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под

ред. Ю. Д. Железняк. – М. : Академия, 2013. – 256 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

3. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.

4. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика : пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Просвещение, 2014. – 80 с.

6.2. Задания для организации самостоятельной работы студента

Таблица 4

Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Темы занятий	Количество часов			Содержание самост-ой работы	Формы контроля СРС
		всего	аудит	самост		
1	Научно-теоретические основы гимнастики	6	2	4	Ознакомится с материалом. Дать характеристику видам гимнастики спортивной, оздоровительной, гигиенической и лечебной направленности. Провести сравнительный анализ средств, методов и форм занятий различными видами гимнастики.	Анализ и обсуждение на практическом занятии в микрогруппах
2	Гимнастическая терминология	12	4	8	Повторить термины ОРУ (без предмета и с предметами) для работы с карточками	Проверка гимнастической терминологии по карточкам на практ. занятии. Педагогическая игра «Знатоки гимнастической терминологии»
3	Основы техники гимнастических упражнений	18	8	10	1. Подготовить комплекс ОРУ 2. Разработать комплекс ОРУ с г/палкой, ск-ой 3. Подготовить схемы управления движением строя	Выполнение комплекса ОРУ по показу, по рассказу, по разделением Проверка управления движением строя

					по командам «Обход», «Противоходом налево (направо)» и др	на практических занятиях
4	Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе	29	12	17	1. Проанализировать содержание школьных программ (раздел гимнастика) для начального, среднего и старшего звена. Законспектировать основные темы из раздела «Гимнастика» 2. Подготовить план-конспект урока по гимнастике	Проверка конспекта Обсуждение на практическом занятии содержания план-конспекта урока по гимнастике Обсуждение просмотренного по видеоматериалам урока по гимнастике в ОУ
5	Требования к гимнастическому оборудованию. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	14	4	10	Составить схему раскладки матов при установке гимнастических снарядов (бревна, брусьев, перекладине, прыжковых снарядов)	Обсуждение на практическом занятии при анализе содержания план-конспекта урока по гимнастике
6	Организация и проведение соревнований по гимнастике	20	8	12	Разработать положение о соревнованиях по гимнастике среди учащихся младших классов	Проверить задание на практическом занятии
	Контроль	9				
	Всего:	108	38	61		

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Литература

Основная:

1. Барчуков, И. С. Физическая культура : учебник / И. С. Барчуков ; под общ. ред. Н. Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2013. – 526 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

2. Власова, О. П. Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами [Текст] : учебно-методическое пособие / О. П. Власова. – Нижний Тагил : Нижнетагильский государственный социально-

педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2017. – 112 с.

3. Журавин, М.Л. Гимнастика : учебн. Для высших учебных заведений / Под редакцией М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - М., Академия, 2007.

4. Железняк, Ю. Д. Методика обучения физической культуре : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению подготовки «Пед. образование» профиль «Физ. культура» / Ю. Д. Железняк, И. В. Кулишенко, Е. В. Крякина ; под ред. Ю. Д. Железняка. – М. : Академия, 2013. – 256 с. – (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат)

5. Иванов, С. А. Теория и методика физического воспитания в понятиях, таблицах и рисунках : учеб. нагляд. пособие / С. А. Иванов ; М-во образования Респ. Беларусь [и др.]. – Гомель : ГГУ им. Ф. Скорины, 2012. – 148 с. : ил.

6. Кузнецов, В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика : пособие для учителей и методистов / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – М. : Просвещение, 2014. – 80 с.

Дополнительная:

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

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

3. Кожухова, Н.Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: [учеб. пособие для фак. дошк. образования пед. вузов]/ Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; под ред. С. А. Козловой. - Москва: Академия, 2002.

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

Периодические издания:

Журнал «Теория и практика физической культуры».

Журнал «Физическая культура в школе».

Журнал «Гимнастика».

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекционная аудитория.
2. Компьютер (ноутбук).
3. Телевизор.
4. Мультимедиапроектор.
5. Презентации к лекциям и практическим занятиям.