

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 23.08.2022 17:49:24
Уникальный программный идентификатор:
c914df807d771447164c08e317f8e3f831de816b

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

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ»**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки	Физическая культура и адаптивное физическое воспитание
Формы обучения	Очная

Рабочая программа дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2022. – 10 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, О.П. Власова
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности
и физической культуры

Рецензент: кандидат педагогических наук, доцент

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «_____» _____ г., протокол № _____.

Заведующий кафедрой В.А.Федюнин

Рекомендована к печати методической комиссией факультета спорта и безопасности жизнедеятельности «_____» _____ г., протокол № _____.

Председатель методической комиссии ФЕМИ	Л.А. Сорокина
Зав. отделом АВТ и МТО научной библиотеки	О. В. Левинских
Декан ФСБЖ	А.В. Неймышев

© Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2022.
© Власова О.П., 2022.

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.....	7
6. Учебно-методические материалы	7
6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий.....	7
6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента	8
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	9
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	9

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-методического модуля по профилю Физическая культура Б1.О.07. 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», «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности».

Дисциплина «Гимнастика с методикой преподавания» методически связана с курсами «Волейбол с методикой преподавания», «Баскетбол с методикой преподавания» «Атлетизм с методикой преподавания», «Футбол с методикой преподавания», «Подвижные игры с методикой преподавания», «Лыжная подготовка с методикой преподавания».

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

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

ПК-3 - Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 зач. ед. (252 часа), 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	252	
Контактная работа , в том числе:	116	
Лекции	20	22
Практические занятия	30	44
Самостоятельная работа , в том числе:		
Изучение теоретического курса	67	33
Контроль		
Промежуточный контроль	Экзамен	Зачет с оценкой

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	13	4	2	-	7	
2. Гимнастическая терминология	44	6	8	-	30	Обсуждение в микрогруппах
3. Основы обучения технике гимнастических упражнений	60	10	20	-	30	Оценка выполнения разработанного комплекса ОРУ (с г/палкой, г/скамейкой, г/мячом) с учетом применения гимнастической терминологии

Подготовка и сдача экзамена						
Всего в 1 семестре	117	20	30		67	
Икурс, 2 семестр						
4. Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе	58	12	30	-	16	Моделирование занятия. Оценка план- конспект урока по гимнастике
5. Требования к гимнастическому оборудованию. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике	24	6	8	-	10	Моделирование занятия. Оценка организации и проведения урока по гимнастике
6. Организация и проведение соревнований по гимнастике	17	4	6	-	7	Обсуждение разработанного положения о соревнованиях по гимнастике
Подготовка и сдача зачета с оценкой		-	-	-		
Всего в 2 семестре	99	22	44	-	33	
Всего по дисциплине	252	42	74		100	

4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины

Тема 1. Научно-теоретические основы гимнастики (6 часов)

Лекция 1, 2. Научно-теоретические основы гимнастики (4 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.

Практические занятия 1. Научно-теоретические основы гимнастики (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Образовательные задачи гимнастики.
2. Оздоровительные задачи гимнастики.
3. Воспитательные задачи гимнастики.

Задание: Педагогическая игра «Квест по гимнастике: найди задачу». Карточки с заданиями, необходимо подобрать образовательную, оздоровительную и воспитательную задачи, используя средства гимнастики.

Тема 2. Гимнастическая терминология (14 часов)

Лекция 3-5. Гимнастическая терминология (6 часов). 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 2-5. Гимнастическая терминология (8 часов).

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.

Задания: Педагогическая игра «Знатор гимнастической терминологии». Карточки с пиктограммами, описать положение, используя гимнастическую терминологию. Тестовые задания по гимнастической терминологии (ОРУ с предметами и гимнастическими снарядами).

Тема 3. Основы техники гимнастических упражнений (30 часа)

Лекция 6-10. Основы техники гимнастических упражнений (10 часов).

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, перекаты, кувырки, 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, соскоки.

Практические занятия 6-10. Основы техники гимнастических упражнений (20 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.

Задания: Подготовить и разучить комплексы ОРУ (без предмета и с предметами (с гимнастической палкой, гимнастической скакалкой, гимнастическим мячом, гимнастической скамейкой, гимнастической стенкой)) по рассказу, по показу, по разделениям. Выполнение задания по учебным карточкам.

Задания: 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 (42 часа)

Лекция 11-16. Организация и содержание занятий гимнастикой в школе (12 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 11-25. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе (30 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.

Задания: Просмотр видео урока из раздела гимнастика в общеобразовательной организации. Составить план-конспект. Обсуждение задач, средств, способов, методов обучения и организации обучающихся на уроке.

Задания: Проектирование конспекта урока по гимнастике. 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 (14 часов).

Лекция 16-18. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (6 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 26-29. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (8 часов).

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.

Задания: 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 (10 часов)

Лекция 18, 19. 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 30-32. Организация и проведение соревнований по гимнастике (6 часа).

Учебные вопросы:

1. Подготовка и проведение учебных соревнований по гимнастике

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

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

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

4.4. Практические занятия

Тематика практических заданий

№ темы	Наименование практических работ	Кол-во аудиторн. часов
Тема 1	Педагогическая игра «Квест по гимнастике: найди задачу». Обсуждение в группах	2
Тема 2	Педагогическая игра «Знатор гимнастической терминологии». Обсуждение в группах. Тестовые задания по гимнастической терминологии. Обсуждение в группах	8
Тема 3	Подготовить комплекс ОРУ. Выполнение комплекса ОРУ без предмета и с предметами (гимнастическими снарядами) по показу, по рассказу, по разделениям.	20
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.	30
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.	8
Тема 6	Разработать и представить положение о соревнованиях по гимнастике среди обучающихся младших классов. Сделать сообщение и принять участие в обсуждении программы.	6

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

Практические занятия 1. Научно-теоретические основы гимнастики (2 часа).

Учебные вопросы:

1. Образовательные задачи гимнастики.
2. Оздоровительные задачи гимнастики.
3. Воспитательные задачи гимнастики.

Задание: Педагогическая игра «Квест по гимнастике: найди задачу». Карточки с заданиями, необходимо подобрать образовательную, оздоровительную и воспитательную задачи, используя средства гимнастики.

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)

Практические занятия 2-5. Гимнастическая терминология (8 часов).

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.

Задания: Педагогическая игра «Знарок гимнастической терминологии». Карточки с пиктограммами, описать положение, используя гимнастическую терминологию. Тестовые задания по гимнастической терминологии (ОРУ с предметами и гимнастическими снарядами).

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)

Практические занятия 6-10. Основы техники гимнастических упражнений (20 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.

Задания: Подготовить и разучить комплексы ОРУ (без предмета и с предметами (с гимнастической палкой, гимнастической скакалкой, гимнастическим мячом, гимнастической

скамейкой, гимнастической стенкой)) по рассказу, по показу, по разделениям. Выполнение задания по учебным карточкам.

Задания: Управление движением строя. Строевые приемы. Перестроения на месте. Выполняем задания 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).

Задания: Подготовить комплекс ОРУ (без предмета и с предметами(с гимнастической палкой, гимнастической скакалкой, гимнастическим мячом, гимнастической скамейкой, гимнастической стенкой)) по рассказу, по показу, по разделениям.

Задания: 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 11-25. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе (30 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.

Задания: Просмотр видео урока из раздела гимнастика в общеобразовательной организации. Составить план-конспект. Обсуждение задач, средств, способов, методов обучения и организации обучающихся на уроке.

Задания: Проектирование конспекта урока по гимнастике. 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 26-29. Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике (8 часов).

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.

Задания: 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 30-32. Организация и проведение соревнований по гимнастике (6 часа).

Учебные вопросы:

1. Подготовка и проведение учебных соревнований по гимнастике

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

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

Задания: Организовать и провести общешкольные соревнования по гимнастике для обучающихся младшего школьного возраста. Разбор, 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	13	6	7	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	44	14	30	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 обучения технике гимнастических упражнений	60	30	30	1. Подготовить комплекс ОРУ 2. Разработать комплекс ОРУ с г/палкой, г/ск-ой, г/скамейкой, г/мячом 3. Подготовить	Выполнение комплекса ОРУ по показу, по рассказу, по разделением Проверка управления движением строя

					схемы 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	58	42	16	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	24	14	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	17	10	7	Разработать положение о соревнованиях по гимнастике среди учащихся младших классов	Проверить задание на практическом занятии
	Всего:	252	116	100		

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.

9. ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ

Текущий контроль качества усвоения учебного материала ведется в ходе практических занятий в форме опросов (устных и письменных экспресс-опросов), контроля и оценки выполненных практических заданий.

10. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Контроль качества усвоения учебного материала осуществляется в процессе практических занятий, с помощью различного типа заданий (устных и письменных ответов, выполнения отдельных заданий, составления конспектов) по каждому разделу дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания».

Выполняя специально - разработанные задания, направленные на формирование и развитие профессиональной рефлексии, студент углубляет понимание общих закономерностей содержания, методики и организации учебного процесса по гимнастике.

Преподавателем проводится проверка и оценка качества выполненных заданий и степень освоения предложенного материала в соответствии с разработанными критериями.

Текущий контроль усвоения студентами теоретических знаний и практических умений по разделам курса осуществляется на лекционных и практических занятиях в процессе выполнения студентами отдельных заданий, а также устных и письменных ответов на вопросы. Оценивание практических умений и теоретических знаний проводится в соответствии с критериями, описанными ниже. Текущая аттестация проводится путем накопительной оценки выполнения заданий в 1-м и 2-м семестрах на практических занятиях, а также в процессе самостоятельной работы студента. Текущий контроль в 1-м и 2-м семестре предусматривает проведение практических занятий по 5-ти пройденным темам, в процессе которых студенты должны иметь положительные оценки.

Перечень тем, проверочных заданий:

1. Научно-теоретические основы гимнастики
2. Гимнастическая терминология
3. Основы обучения технике гимнастических упражнений
4. Методика преподавания гимнастики. Организация и содержание занятий по гимнастике в школе
5. Требования к гимнастическому оборудованию. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике
6. Организация и проведение соревнований по гимнастике

Критерии оценивания знаний студентов на практических занятиях (устные и письменные виды контроля):

Оценка 5 ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка 4 ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка 3 ставится, если студент правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибок, не более трех ошибок (одной негрубой ошибки и двух недочетов).

Оценка 2 ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Виды ошибок

Грубые ошибки	1. Незнание определений основных понятий, правил, основных положений теории, средств и методов ФК. 2. Неумение выделить в ответе главное.
Негрубые ошибки	1. Неточности формулировок, определений, понятий, теорий, вызванные неполнотой охвата основных признаков определяемого

	понятия. 2. Ошибки в условных обозначениях, неточности графиков, схем.
Недочеты	1. Отдельные неточности в формулировке ответа. 2. Орфографические и пунктуационные ошибки

В конце 1-го семестра проводится экзамен, 2-го семестра проводится сдача зачета с оценкой по пройденному материалу, предусматривающая кроме теоретической части, оценивание уровня владения практическими навыками и педагогическим умением в объеме каждого раздела дисциплины.

Промежуточная успеваемость освоения учебной программы по предмету «Гимнастика с методикой преподавания» оценивается на зачете с оценкой. При выставлении зачета, преподавателем учитываются:

- Результаты, полученные за ответы теоретических основ курса;
- результаты, полученные на практических занятиях.

Материалы для зачета с оценкой включают 40 вопросов, содержание которых соответствует программе курса и направлено на выявление и оценку уровня знаний студентов в вопросах истории, терминологии, принципов, методов и средств гимнастики. Зачет проводится по билетам, которые включают один теоретический вопрос.

Перечень вопросов промежуточной аттестации для зачета с оценкой по дисциплине «Гимнастика с методикой преподавания»

1. Характеристика видов гимнастики и их место в системе физического воспитания России.
2. Раскройте 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 (три) 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. Термины строевых упражнений (дать определение десяти терминам).
15. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация).
16. Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
17. Характеристика общеразвивающих упражнений (классификация, задачи, способы проведения).
18. Методика подбора и составления комплексов общеразвивающих упражнений. Методика разучивания общеразвивающих упражнений.
19. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений с предметами (мячами, палками, гантелями).
20. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений в парах и на гимнастической стенке.

21. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений на гимнастической скамейке.
22. Характеристика и методика проведения общеразвивающих упражнений поточным, серийным и проходным способами.
23. Методика оценки выполнения гимнастических упражнений. Виды ошибок и величина сбавки за них на видах многоборья.
24. Понятие «попытка», сбавки за невыполнение элементов и падения на видах многоборья. Выведение окончательной оценки.
25. Причины травматизма и меры предупреждения травм.
26. Виды страховки и помощи. Требования, предъявляемые к страхующему.
27. Подготовительная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
28. Основная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
29. Заключительная часть урока. Задачи, средства, методика организации и проведения.
30. Характеристика методов и методических приемов, применяемых при обучении гимнастическим упражнениям.
31. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
32. Вспомогательные и подводящие упражнения, методика их подбора.
33. Техника и методика обучения кувырку вперед.
34. Техника и методика обучения кувырку назад.
35. Техника и методика обучения стойке на лопатках.
36. Техника и методика обучения стойке на голове с опорой руками.
37. Техника и методика обучения стойке на руках.
38. Техника и методика обучения перевороту в сторону («колесо»)
39. Техника и методика обучения наскоку на мостик и толчку ногами.
40. Организация и проведение соревнований по гимнастике.

Критерии оценки знаний и умений на экзамене и зачете с оценкой

Параметры	Критерии оценивания			
	отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
— <u>Методические знания</u>	Демонстрирует знание вопроса, при этом использует знания из различных разделов курса. Может легко и безошибочно проиллюстрировать ответ примерами из индивидуальных разработок или личного	Хорошо владеет теорией вопроса, использует внутрипредметные связи курса, но недостаточно полно отвечает на вопрос. Может проиллюстрировать ответ примерами из лекций или методических пособий, может дать	Демонстрирует знание вопроса, может использовать знания из различных разделов курса лишь при условии наводящих вопросов экзаменатора. С трудом может соотнести теорию	Не понимает сути вопроса, механически повторяет текст лекции или учебника, не видит взаимосвязи различных разделов курса. Не может проиллюстрировать ответ примерами.

	опыта обучения ФВ, аргументировать собственную оценку теоретическим положениям.	неаргументированную оценку теоретическим положениям.	вопроса с практическими примерами, дает неверные примеры, путается.	
<u>Методические умения</u>	Подбирает методы, приемы, средства обучения и формы организации деятельности в соответствии с особенностями темы курса, возрастными особенностями учащихся.	Допускает неточности при подборе методов, приемов, средств обучения и формы организации деятельности. При этом содержание методики в целом соответствуют поставленным целям.	Допускает ошибки при подборе методов и средств обучения и формы организации деятельности. При этом содержание методики в целом соответствуют поставленным целям.	Выбранные методы, приемы, средства обучения, формы организации не соответствуют теме курса, не учитывают возрастные особенности учащихся