

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Гимнастика

Уровень ОПОП: Бакалавриат

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

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Дугина В. В., канд. пед. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от
26.04.2016 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Формирование у выпускников осознанного отношения к занятиям по гимнастике и профессиональной подготовки студентов к будущей деятельности педагога по физической культуре

Задачи дисциплины:

- формирование у студентов специальных знаний в области гимнастики, обучение новым видам движений, совершенствование функций организма и уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность;
- развитие психомоторных способностей, необходимых для успешного овладения гимнастическими упражнениями различной сложности, бытовыми, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками;
- формирование организаторских и обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности.
- освоение современных методов и технологий обучения и диагностики в области гимнастики.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.23.01 «Гимнастика» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: - организация обучения и воспитания в сфере образования с использованием технологий, соответствующих возрастным особенностям детей;

- использование возможностей образовательной среды для обеспечения качества образования, в том числе с использованием информационных технологий.

Освоение дисциплины Б1.В.23.01 «Гимнастика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.18.01 Теоретико-методические особенности применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;

Б1.В.ДВ.21.01 Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры;

Б1.В.ДВ.21.02 Гендерный подход к физическому воспитанию школьников;

Б2.П.03 Летняя педагогическая практика;

Б2.П.04 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Гимнастика», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-8. готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

ОК-8 готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать: - методы и приемы строевых упражнений, технологию проведения ОРУ различными способами; - возрастные особенности физической подготовки школьников; - технику упражнений гимнастического многоборья; уметь: - выполнять упражнения на гимнастических снарядах; - планировать физическую подготовленность обучающихся; владеть: - выполнять упражнения в вариативной форме в структуре учебной комбинации; - методами и приемами строевых упражнений, технологией проведения ОРУ различными способами; - техникой упражнений гимнастического многоборья.
---	--

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-2. способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

педагогическая деятельность

ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	знать: - назначение всех групп гимнастических упражнений и методические особенности их применения на занятиях с разными возрастными контингентами занимающихся; - правила и формы записи всех групп гимнастических упражнений; уметь: - прогнозировать развитие гимнастики во всех направлениях системы физического воспитания; - проводить общеразвивающие упражнения различными способами (раздельный, поточный, проходной); - планировать, учитывать и анализировать результаты тренировочного процесса; владеть: - современными методами и технологиями обучения ОРУ; - планировать, анализировать и диагностировать результаты тренировочного процесса.
--	---

ПК-7. способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности

педагогическая деятельность

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать	знать: - правила соревнований по гимнастике; - историю развития гимнастики виды гимнастики, их направленность, содержание средств в каждом из видов; уметь: - организовывать и привлекать учащихся к проведению массовых мероприятий;
--	--

творческие способности	- пропагандировать здоровый образ жизни и занятия физической культурой и спортом; - оценивать упражнения гимнастического многоборья; владеть: - правилами судейства соревнований по гимнастике .
------------------------	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	54	54
Лекции	18	18
Практические	36	36
Самостоятельная работа (всего)	54	54
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания:

Основные задачи гимнастики. Средства гимнастики. Методические особенности. Актуальные проблемы развития гимнастики. Гимнастика как педагогическая наука и теоретико-практическая дисциплина. Суть занятий гимнастикой – освоение гимнастических упражнений и их демонстрация. Особенности подготовки: знания, умения, навыки, творчество. Ораторское искусство, общение, наблюдения, управление педагогическим процессом и др. Характеристика гимнастики как одного из основных средств физического воспитания. Значение и место гимнастики в физическом воспитании и оздоровлении населения. Роль гимнастики в эстетическом воспитании. Физическая культура как одно из сфер общественной жизни. Система специальных упражнений и приемов в гимнастике. Гармоническое развитие различных функций и физических форм человека, совершенствование двигательных способностей, воспитание физических качеств, повышение жизнедеятельности организма человека и укрепление здоровья. Жизненно важные навыки и умения, воспитание нравственных, волевых, эстетических качеств и свойств. Характеристика групп гимнастических упражнений: строевых, общеразвивающих, вольных, прикладных, акробатических, прыжков, на снарядах и художественной гимнастики, подвижных игр и эстафет и их специфических, образовательных, воспитательных и оздоровительных возможностей. Виды гимнастики.

Модуль 2. Гимнастическая терминология:

Гимнастическая терминология как компонент системы спортивной терминологии, ее значение и краткая история развития. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов и правила их применения. Правила и формы записи упражнений (обобщенная, сокращенная, графическая). Термины общеразвивающих упражнений; термины акробатических упражнений; термины художественной гимнастики; термины упражнений с предметами (гимнастической палкой, обручем, булавой, скакалкой). Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми школьного возраста.

Модуль 3. Основы техники гимнастическим упражнениям:

Гимнастические упражнения – искусственные двигательные действия ациклического характера. Виды упражнений. Направленность занятий как определяющее условие

успешности их организации и проведения. Правильное внешнее воздействие на занимающихся (педагогическое) как условие результативности тренировочного процесса: выбор средств и методов, приемов и способов. Место в общей структуре «базовых» упражнений для гимнастики. Основные законы и некоторые технические особенности базовых упражнений. Особенности проявления биомеханических закономерностей в типичных ситуациях освоения движений: отталкивания (ногами, руками), вращения и повороты, удержания равновесий. Анализ техники базовых упражнений гимнастики различного характера: маховых, силовых, прыжковых, вращательных, равновесий.

Модуль 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям:

Условия освоения упражнений оздоровительной гимнастики и общие особенности гимнастических движений. Предпосылки успешного освоения движений и основные задачи обучения. Реализация дидактических принципов обучения в условиях оздоровительной гимнастики. Особенности взаимодействия упражнений в процессе их освоения. Обучение и совершенствование движений – сложный и непрерывный процесс. Схема последовательности обучения движению (упрощенная и полная), этапы, задачи, методы и приемы обучения. Характеристика отдельных методов обучения и их эффективность в решении частных задач. Методика исправления ошибок. Особенности обучения групповым и массовым упражнениям. Методика подготовки программ обучения и конспектов для отдельных этапов обучения: подготовительный этап, начальное обучение, разучивание упражнения, совершенствование. Целостная обучающая программа. Овладение умениями в составлении учебных программ освоения конкретных гимнастических упражнений в процессе выполнения индивидуальных учебных заданий и их опробование на практике.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания (4 ч.)

Тема 1. Гимнастика в отечественной системе ФВ (2 ч.)

Значение и место гимнастики в отечественной системе физического воспитания.

Методические особенности гимнастики.

Классификация группы видов гимнастики.

Тема 2. Средства гимнастики (2 ч.)

Средства гимнастики.

Строевые упражнения.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

Прикладные упражнения.

Вольные упражнения.

Упражнения художественной гимнастики.

Акробатические упражнения.

Прыжки: опорные и не опорные.

Упражнения на снарядах

Модуль 2. Гимнастическая терминология (4 ч.)

Тема 3. Гимнастическая терминология (2 ч.)

Значение терминологии.

Требования, предъявляемые к терминологии.

Способы образования гимнастической терминологии.

Правила применения терминов.

Правила сокращений (опускание отдельных обозначений).

Тема 4. Терминология упражнений на гимнастических снарядах (2 ч.)

Термины упражнений на снарядах.

Висы: простые, смешанные.

Упоры: простые, смешанные.

Хваты: сверху, снизу, разноименный, обратный, скрестный, узкий сомкнутый, глубокий.

Подъемы, обороты: оборот вперед, назад.

Повороты.

Стойки: на плечах, лопатках, голове, руках, на одной руке.. Способ выполнения: силой, махом, согнувшись, прогнувшись и др.

Перемахи.

Соскоки: махом вперед, назад, с поворотом дугой, переворотом, сальто и др.

Прыжки.

Модуль 3. Основы техники гимнастическим упражнениям (4 ч.)

Тема 5. Техника упражнений на гимнастических снарядах (2 ч.)

Общие анатомо-физиологические закономерности (законы механики).

Изучение механических закономерностей .2 группы:

а) силовые упражнения;

б) маховые упражнения;

Силовые упражнения 2 подгруппы:

1) статические, 2) силовые перемещения

Неподвижные позы (вис на перекладине, упор на брусьях). Два фактора: а) степени необходимого напряжения б) трудность удержания равновесия в заданной позе.

Тема 6. Акробатические упражнения (2 ч.)

Особенности акробатических упражнений.

Специфическое воздействие на внутренние органы, повышение функциональной устойчивости.

Различные движения и положение тела, переворачивание через голову, ориентировка в пространстве.

Терминология акробатических упражнений.

Правила записи акробатических упражнений.

Зачетная комбинация на акробатической дорожке

Модуль 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям (6 ч.)

Тема 7. Основы обучения гимнастическим упражнениям (2 ч.)

Теоретические и методологические основы обучения гимнастическим упражнениям
Знания, двигательные умения, навыки и способности гимнастов.

Обучение гимнастическим упражнениям.

Практическая реализация принципов дидактики при обучении упражнениям.

Методы, приемы и условия успешного обучения гимнастическим упражнениям

Тема 8. Методика обучения акробатическим упражнениям (2 ч.)

Методика обучения акробатическим упражнениям.

Развитие физических качеств, воспитание смелости, решительности.

Методика обучения кувыркам.

Методика обучения переворотам.

Методика обучения стойкам.

Тема 9. Методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах (2 ч.)

Упражнения на снарядах женского и мужского многоборья, условия опоры, конструкция снарядов.

Форма, степень сложности, воздействие на организм, нагрузка на опорно-двигательный аппарат, развитие мускулатуры, особенно рук, плечевого пояса.

Методика обучения подъемам на брусьях.

Методика обучения переворотам на перекладине.

Методика обучения оборотам на перекладине.

Методика обучения соскокам с брусьев и перекладине

Методика обучения опорным прыжкам

Методика обучения упражнениям на кольцах

5.3. Содержание дисциплины: Практические (36 ч.)

Модуль 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания (8 ч.)

Тема 1. Средства гимнастики (2 ч.)

Строевые упражнения

Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

Прикладные упражнения. Формирование двигательных умений и навыков, активное взаимодействие с окружающей средой. Строго регламентация движений по форме. Выполнение с использованием специального оборудования: канатов, шестов, скамеек, стенка. Проведение игр и эстафет, преодоление полос препятствий.

Вольные упражнения. Выраженная стилизация движений, отработка техники, выполнение их под музыку.

Акробатические упражнения.

Прыжки: опорные и неопорные.

Упражнения на снарядах: брусья, перекладина, кольца, конь-махи, бревно гимнастическое.

Тема 2. ОРУ раздельный способ (2 ч.)

Строевые упражнения – это несложные двигательные действия служебного характера, используемые для более организованного проведения занятий. Основные понятия, управления 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.

Правила записи общеразвивающих упражнений без предмета и с предметами, с использованием гимнастической стенки и скамейки.

Тема 3. ОРУ поточный способ (2 ч.)

Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

Особенности разработки комплексов на различные группы мышц, использование ОРУ с целью физической подготовки, совершенствование физических качеств, приобретения элементарных двигательных навыков.

Тема 4. Развитие физических качеств (2 ч.)

Развитие основных физических качеств и способностей гимнастов на учебно-тренировочном процессе.

Развитие силы и силовой выносливости.

Развитие гибкости и подвижности в суставах.

Развитие ловкости и координации движения.

Модуль 2. Гимнастическая терминология (8 ч.)

Тема 5. Гимнастическая терминология (2 ч.)

Правила и формы записи упражнений в гимнастике.

Терминология и правила записи общеразвивающих упражнений без предмета и с предметами, с использованием гимнастической стенки и скамейки.

Терминология и правила записи акробатических упражнений.

Терминология и правила записи вольных упражнений.

Терминология и правила записи упражнений на гимнастических снарядах (конь-махи, кольца, брусья, перекладина, брусья разной высоты, бревно).

Тема 6. Терминология упражнений в акробатике (2 ч.)

Преодоление расстояния: высоты, длины препятствия или снаряда - в свободном полете после отталкивания ногами.

Вращательное движение тела с последовательным касанием опоры (перекат вперед, в сторону, перекат назад, согнувшись).

Согнутое положение тела (колени к плечам, локти прижаты, захват за голени).

Группировки лежа, сидя и в приседе, широкая группировка.

Вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову.

Вращательное движение тела с полным переворачиванием с одной или двумя фазами полета.

Переворот с поворотом кругом и приземлением на обе ноги.

Прыжок назад с рук на ноги.

Тема 7. Терминология упражнений на гимнастических снарядах (2 ч.)

Положение занимающегося на снаряде, в котором плечи находятся ниже точек хвата.

Висы простые (только одной частью тела, чаще руками), висы смешанные (с дополнительной опорой других частей тела).

Положение занимающегося, в котором его плечи выше точек опоры.

Упоры простые и смешанные.

Упор, упор на предплечьях, на руках, упор на руках согнувшись, упор сзади, упор углом.

Упор присев на левой, правой, назад на носок, упор лежа на согнутых руках и др.

Тема 8. Терминология упражнений на гимнастических снарядах (2 ч.)

Способ держания на снаряд (сверху, снизу, разноименный, обратный, скрестный, узкий сомкнутый, глубокий. Хват сверху опускается (по правилам сокращений).

Переход в упор из виса или из более низкого упора в более высокий.

Круговое движение гимнаста вокруг оси снаряда, которое выполняется из упора (оборот вперед, назад, оборот).

Движение тела вокруг вертикальной оси.

Вертикальное положение ногами, кверху с опорой какой-либо частью тела (на плечах, лопатках, голове, руках, на одной руке). Способ выполнения: силой, махом, согнувшись, прогнувшись и др.

Движение ногой над снарядом.

Спрыгивание со снаряда из виса или из упора (махом вперед, назад, с поворотом дугой, переворотом, сальто и др.).

Модуль 3. Основы техники гимнастическим упражнениям (10 ч.)

Тема 9. Акробатические упражнения (2 ч.)

Элементы зачетной комбинации на акробатической дорожке:

– два, три шага разбега, «вальсет» и два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны;

– махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в группировке в упор присев;

– кувырок назад через плечо прогнувшись, в упор лежа;

– стойка на голове и руках (держат);

– равновесие на одной, руки в стороны («ласточка»);

– длинный кувырок вперед в группировке в упор присев прыжок вверх прогнувшись;

– мост из положения лежа.

Тема 10. Зачетная комбинация в акробатике (2 ч.)

Акробатические упражнения: исходное положение (и. п.) – основная стойка (о.с.)

– два, три шага разбега, «вальсет» и два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны;

– приставляя правую (левую) поворот налево (направо), правую (левую) руку дугой к низу в стойку руки вверх;

– махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в группировке в упор присев;

– кувырок назад через плечо прогнувшись, в упор лежа;

– стойка на голове и руках (держат);

– опускание в упор присев;

– встать на правую (левую), левую (правую) вперед, руки вверх;

– равновесие на одной, руки в стороны («ласточка»);

– два, три шага разбега «рондат» (юноши).

- о. с.

Акробатические упражнения:

Исходное положение (и. п.) – основная стойка (о.с.)

– два, три шага разбега, «вальсет» и два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны;

- приставляя правую (левую) поворот налево (направо), правую (левую) руку дугой к низу в стойку руки вверх;
- махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в группировке в упор присев;
- кувырок назад через плечо прогнувшись;
- поворот на 180 градусов, лечь на спину;
- мост из положения лежа;
- поворот на 180 градусов, упор присев;
- стойка на голове и руках (держать);
- опускание в упор присев;
- встать на правую (левую), левую (правую) вперед, руки вверх;
- равновесие на одной, руки в стороны («ласточка»);
- длинный кувырок вперед в группировке в упор присев;
- прыжок вверх прогнувшись;
- о.с.(девушки).

Тема 11. Упражнения на кольцах и перекладине (2 ч.)

Кольца:

- из виса, силой подъем у упор углом;
- кувырок вперед в вис согнувшись;
- махом назад соскок.

Перекладина высокая:

- из виса, дуга махом вперед и мах назад;
- подъем разгибом в упор;
- отмах назад и оборот назад в упоре;
- перемах правой (левой) в упор ноги врозь;
- перехват рук снизу и оборот вперед в упор ноги врозь;
- поворот на 180 градусов направо (лево) в упор;
- дуга махом вперед и соскок махом назад.

Тема 12. Упражнения на брусках и опорные прыжки (2 ч.)

Брусья параллельные:

- из размахивания в упоре на руках, подъем махом назад;
- сдерживая мах вперед, силой согнувшись упор углом;
- силой согнувшись стойка на плечах;
- кувырок вперед и мах назад, махом вперед упор согнувшись;
- подъем разгибом в сед ноги врозь;
- перемах вовнутрь и мах назад;
- соскок махом вперед с поворотом на 90 градусов вовнутрь.

Опорный прыжок:

- прыжок согнув ноги через гимнастического коня в ширину;
- прыжок ноги врозь через гимнастического козла в длину.

Тема 13. Зачетные комбинации (2 ч.)

(Юноши) Акробатические упражнения:

Исходное положение (и. п.) – основная стойка (о.с.)

- два, три шага разбега, «вальсет» и два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны;
- приставляя правую (левую) поворот налево (направо), правую (левую) руку дугой к низу в стойку руки вверх;
- махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в группировке в упор присев;
- кувырок назад через плечо прогнувшись, в упор лежа;
- стойка на голове и руках (держать);
- опускание в упор присев;

- встать на правую (левую), левую (правую) вперед, руки вверх;
- равновесие на одной, руки в стороны («ласточка»);
- два, три шага разбега «рондат».

Брусья параллельные:

- из размахивания в упоре на руках, подъем махом назад;
- сдерживая мах вперед, силой согнувшись упор углом;
- силой согнувшись стойка на плечах;
- кувырок вперед и мах назад, махом вперед упор согнувшись;
- подъем разгибом в сед ноги врозь;
- перемах вовнутрь и мах назад;
- соскок махом вперед с поворотом на 90 градусов вовнутрь.

Кольца:

- из виса, силой подъем у упор углом;
- кувырок вперед в вис согнувшись;
- махом назад соскок.

Перекладина высокая:

- из виса, дуга махом вперед и мах назад;
- подъем разгибом в упор;
- отмах назад и оборот назад в упоре;
- перемах правой (левой) в упор ноги врозь;
- перехват рук снизу и оборот вперед в упор ноги врозь;
- поворот на 180 градусов направо (лево) в упор;
- дуга махом вперед и соскок махом назад.

Опорный прыжок: способом согнув ноги через гимнастического коня.

(Девушки) Акробатические упражнения:

Исходное положение (и. п.) – основная стойка (о.с.)

– два, три шага разбега, «вальсет» и два переворота в сторону в стойку ноги врозь, руки в стороны;

– приставляя правую (левую) поворот налево (направо), правую (левую) руку дугой к низу в стойку руки вверх;

– махом одной и толчком другой, стойка на руках и кувырок вперед в группировке в упор присев;

– кувырок назад через плечо прогнувшись;

-поворот на 180 градусов, лечь на спину;

-мост из положение лежа;

- поворот на 180 градусов, упор присев;

– стойка на голове и руках (держать);

– опускание в упор присев;

– встать на правую (левую), левую (правую) вперед, руки вверх;

– равновесие на одной, руки в стороны («ласточка»);

– длинный кувырок вперед в группировке в упор присев;

- прыжок вверх прогнувшись;

- о.с.

Перекладина низкая.

- подъем переворотом в упор, махом одной, толчком другой;

- отмах и оборот назад в упоре;

- соскок махом назад.

Бревно высокое:

– подъем переворотом в упор;

– отмахом вскок на одну с поворотом на 90 градусов, другая вперед на носок;

– встать, руки в стороны;

– шаг полки правой, шаг полки левой;

- поворот в полу приседе на двух;
- выпрямиться, вальсовый шаг правой, круг правой рукой перед собой книзу вверх и в сторону;
- вальсовый шаг левой, круг левой рукой перед собой книзу вверх и в сторону;
- поворот махом правой (левой) вперед и назад, руки вверх;
- шаг, равновесие на правой (левой), руки в стороны;
- выпрямиться, шаг и выпад левой (правой), руки вперед;
- два-три шага, соскок прогнувшись.

Опорный прыжок: способом ноги врозь через гимнастического козла

Модуль 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям (10 ч.)

Тема 14. Методика обучения акробатическим упражнениям (2 ч.)

Методика обучения кувырку вперед и назад в группировке.

Методика обучения длинному кувырку вперед в группировке.

Методика обучения стойке на голове и руках.

Методика обучения стойке на руках.

Методика обучения стойке на руках в кувырок вперед.

Методика обучения кувырку назад прогнувшись.

Методика обучения, перевороту в сторону (колесо).

Методика обучения элементу "Рондат".

Тема 15. Методика обучения опорным прыжкам (2 ч.).

Методика обучения опорному прыжку:

- способом согнув ноги через гимнастического коня в ширину.

Последовательность обучения.

- способом ноги врозь через гимнастического козла.

Последовательность обучения.

Тема 16. Методика обучения на кольцах и перекладине (2 ч.)

Методика обучения отдельным элементам на кольцах и перекладине.

Перекладина высокая:

- подъем переворотом;
- подъем разгибом из виса;
- оборот назад из упора;
- оборот вперед из упора ноги врозь;
- маховая дуга вперед;
- соскок махом назад из виса.

Кольца:

- подъем силой в упор;
- вис углом;
- вис согнувшись, прогнувшись;
- соскок махом назад.

Тема 17. Методика обучения упражнениям на брусках (2 ч.)

Последовательность обучения отдельным элементам на брусках:

- подъемы махом назад, вперед из упора на руках, предплечье;
- стойка на плечах;
- кувырок вперед из седа ноги врозь в сед ноги врозь;
- кувырок вперед из стойки на плечах, в сед ноги врозь;
- соскок на махе вперед с поворотом на 90 градусов;
- соскок махом назад.

Тема 18. Методика развития физических качеств (2 ч.)

Методика развития силы и силовой выносливости.

Методика развития гибкости и подвижности в суставах.

Методика развития ловкости и координации движения.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

Подготовлено в системе 1С:Университет (000008533)

обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (54 ч.)

Модуль 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания (10 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Разработать вводную часть занятия с использованием различных строевых упражнений, используя приемы и способы организации учащихся.

Модуль 2. Гимнастическая терминология (14 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Разработать комплекс общеразвивающих упражнений на различные группы мышц.

Провести ОРУ раздельным и поточным способом.

Оформить глоссарий гимнастических терминов.

Модуль 3. Основы техники гимнастическим упражнениям (14 ч.)

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов.

Выполнение акробатической комбинации. Выполнение упражнений гимнастического многоборья.

Модуль 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям (16 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Законспектировать методику обучения акробатических упражнений и упражнений на гимнастических снарядах из школьной программы по разделу "Гимнастика".

Законспектировать технику и методику обучения акробатических упражнений и упражнений на гимнастических снарядах программы ВУЗа.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ПК-2 ПК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Гимнастика в отечественной системе физического воспитания.
ПК-2	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Гимнастическая терминология.
ОК-8	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 3: Основы техники гимнастическим упражнениям.
ОК-8 ПК-2 ПК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 4: Методика обучения гимнастическим упражнениям.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-8 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гимнастика, Единоборства, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Организация занятий по фитнес-аэробике, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Плавание, Повышение спортивного мастерства, Спортивные и подвижные игры, Туризм, Физическая культура и спорт, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Элективные курсы по физической культуре.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гендерный подход к физическому воспитанию школьников, Гимнастика, Единоборства, Здоровый образ жизни и его составляющие, Здоровье и безопасность человека,

Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальной медицинской группы, Мини-футбол в школе, Основы ВНД и психического здоровья детей, Педагогическая практика, Плавание, Психологические основы безопасности, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности, Технические средства обучения, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Туризм.

Компетенция ПК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Автономное выживание человека в природной среде, Гимнастика, Единоборства, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Легкая атлетика, Летняя педагогическая практика, Лыжный спорт, Организация внеклассной работы по основам безопасности жизнедеятельности, Организация занятий по спортивной борьбе с детьми школьного возраста, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Особенности подготовки спортивного волонтера, Педагогические технологии в волонтерской деятельности, Плавание, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Туризм, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

– знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач. Выполняет самостоятельно без страховки зачетные комбинации гимнастического многоборья с высокой техникой исполнения.

Базовый уровень:

– знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности. Выполняет зачетные комбинации гимнастического многоборья без грубых ошибок.

Пороговый уровень:

– понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности. Выполняет зачетные комбинации гимнастического многоборья со страховкой и некоторыми ошибками в технике исполнения

Уровень ниже порогового:

– имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине. Не демонстрирует комплексы зачетных комбинаций гимнастического многоборья.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен	Зачет	

	(дифференцированный зачет)		
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	оценки «зачтено» заслуживает студент, показывающий полное знание программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка «зачтено» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способам к их самостоятельному выполнению и обновлению в ходе дальнейшее учебной работы и профессиональной деятельности. Практическое выполнение зачетных нормативов гимнастического многоборья
Не зачтено	оценка «не зачтено» выставляется студенту, обнаруживавшему пробелы в знаниях основного программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, невыполнение зачетных нормативов гимнастического многоборья

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Гимнастика в отечественной системе физического воспитания

ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

1. Изложите свою точку зрения по методическим особенностям в гимнастике и их учета в практике общеобразовательных школ

2. Дайте сравнительный анализ группам гимнастических упражнений как средствам гимнастики

3. Дайте развернутую характеристику базовым (общеразвивающих) видам гимнастики

4. Дайте развернутую характеристику специальным (прикладных) видам гимнастики

5. Дайте развернутую характеристику спортивным видам гимнастики (массовая и специализированная)

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности

1. Назовите виды соревнований и дайте им сравнительную характеристику

2. Опишите методику разработки сценария спортивного праздника в общеобразовательной школе

3. Объясните как реализуются дидактические принципы обучения на занятиях по гимнастике в школе

4. Опишите способы и приемы страховки и помощи учащимся при работе на гимнастических снарядах

5. Опишите приемы организации учащихся на уроке физической культуры с гимнастической направленностью при использовании строевых упражнений

Модуль 2: Гимнастическая терминология

ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

1. Укажите сущность и значение гимнастической терминологии. объясните какие требования, предъявляются к терминологии

2. Назовите способы образования терминов, правила их применения и условий сокращений

3. Дайте сравнительную характеристику терминам общеразвивающих и вольных упражнений

4. Дайте сравнительную характеристику терминам упражнений на гимнастических снарядах и акробатике

5. Воспроизведите правила и формы записи упражнений на гимнастических снарядах

6. Докажите продуктивность использования технологии проведения общеразвивающих упражнений раздельным, поточным и проходным способом

Модуль 3: Основы техники гимнастическим упражнениям

ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

1. Назовите особенности специализированной технической подготовки гимнастов

2. Дайте характеристику хореографической, прыжковой и вращательной подготовки гимнастов

3. Опишите, каким образом осуществляется психологическая подготовка гимнастов в учебно-тренировочном процессе

4. Назовите приемы, применяемые в период предсоревновательной подготовки гимнастов

5. Охарактеризуйте особенности общей и специальной физической подготовки в гимнастике

Модуль 4: Методика обучения гимнастическим упражнениям

ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

1. Назовите способы выполнения и объясните технику выполнения лазанья по канату в два и три приема

2. Объясните технику выполнения и методику обучения подъему махом вперед из размахивания в упоре на руках на брусках (муж.гр.); переворотом из виса присев на одной ноге (жен. гр.).

3. Объясните технику выполнения и методику и методику обучения опорному прыжку «ноги врозь» через «коня» в длину (муж.гр.); козла в ширину (жен. гр.)

4. Объясните технику выполнения и методику обучения стойке на руках (муж.гр.); стойке на голове и руках (жен. гр.) на акробатике

5. Объясните технику выполнения и методику обучения перевороту в сторону («колесо») на акробатике

ПК-2 способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

1. Объясните технику выполнения и методику обучения кувырку вперед и назад в группировке на акробатике.

2. Назовите практические методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям и дайте им характеристику.

3. Охарактеризуйте использование методов целостного и расчлененного упражнения при обучении и совершенствовании гимнастических элементов и соединений на практических занятиях.

4. Дайте характеристику биодинамической структуры гимнастического упражнения

5. Объясните технику выполнения и методику обучения кувырку назад прогнувшись на акробатике.

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности.

1. Опишите организацию и содержание урока физической культуры с гимнастической направленностью.

2. Опишите методику развития силовых качеств учащихся на уроке физической

культуры.

3. Опишите методику развития скоростно-силовых качеств на уроке физической культуры.

4. Опишите методику развития гибкости и подвижности в суставах на уроке физической культуры.

5. Дайте характеристику основным задачам гимнастика в общеобразовательной школе.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОК-8, ПК-2, ПК-7)

1. Охарактеризуйте значение и место гимнастики в отечественной системе физического воспитания.

2. Изложите свою точку зрения по методическим особенностям в гимнастике и их учета в практике общеобразовательных школ.

3. Дайте сравнительный анализ группам гимнастических упражнений как средствам гимнастики.

4. Дайте развернутую характеристику базовым (общеразвивающих) видам гимнастики.

5. Дайте развернутую характеристику специальным (прикладных) видам гимнастики.

6. Дайте развернутую характеристику спортивным видам гимнастики (массовая и специализированная).

7. Дайте краткий исторический обзор развития гимнастики.

8. Объясните как создавались национальные гимнастические системы нового и новейшего времени, в чем их отличие.

9. Охарактеризуйте гимнастику в России после Великой октябрьской социалистической революции и тенденцию ее развития в это время.

10. Укажите сущность и значение гимнастической терминологии. объясните какие требования, предъявляются к терминологии.

11. Назовите способы образования терминов, правила их применения и условий сокращений.

12. Дайте сравнительную характеристику терминам общеразвивающих и вольных упражнений.

13. Дайте сравнительную характеристику терминам упражнений на гимнастических снарядах и акробатике.

14. Воспроизведите правила и формы записи общеразвивающих и вольных упражнений.

15. Воспроизведите правила и формы записи упражнений на гимнастических снарядах.

16. Докажите продуктивность использования технологии проведения общеразвивающих упражнений раздельным, поточным и проходным способом.

17. Назовите способы выполнения и объясните методику обучения лазанью по канату в два и три приема.

18. Объясните технику выполнения и методику обучения подъему махом вперед из размахивания в упоре на руках на брусках (муж.гр.); переворотом из виса присев на одной ноге (жен. гр.).

19. Объясните технику выполнения и методику и методику обучения опорному прыжку «ноги врозь» через «коня» в длину (муж.гр.); козла в ширину (жен. гр.).

20. Объясните технику выполнения и методику обучения стойке на руках (муж.гр.); стойке на голове и руках (жен. гр.) на акробатике.

21. Объясните технику выполнения и методику обучения перевороту в сторону («колесо») на акробатике.

22. Объясните технику выполнения и методику обучения кувырку вперед и назад в группировке на акробатике.

23. Назовите практические методы и приемы обучения гимнастическим упражнениям и дайте им характеристику.

24. Охарактеризуйте использование методов целостного и расчлененного упражнения

при обучении и совершенствовании гимнастических элементов и соединений на практических занятиях.

25. Дайте характеристику биодинамической структуры гимнастического упражнения.
26. Назовите основные причины травм на занятиях гимнастикой и их предупреждение.
27. Опишите какие виды страховки и помощи Вы знаете? Перечислите их.
28. Объясните как реализуются дидактические принципы обучения на занятиях по гимнастике в школе.
29. Назовите виды соревнований и дайте им сравнительную характеристику.
30. Назовите особенности специализированной технической подготовки гимнастов.
31. Дайте характеристику хореографической, прыжковой и вращательной подготовки гимнастов.
32. Опишите, каким образом осуществляется психологическая подготовка гимнастов в учебно-тренировочном процессе.
33. Назовите приемы, применяемые в период предсоревновательной подготовки гимнастов.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме (выбрать форму в соответствии с учебным планом) зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических занятий, готовности к практической деятельности, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете.

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение выполнять зачетные практические нормативы гимнастического многоборья.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения :/ Л.С. Алаева, К.Г. Клецов, И.И. Зябрева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и ежиссуры. – Омск : Издательство СибГУФК, 2017. – 72 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271>. – Текст : электронный
2. Поздеева, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения : / Е.А. Поздеева, Л.С. Алаева ; Министерство спорта Российской Федерации,

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. – Омск : Издательство СибГУФК, 2017. – 100 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483425>

3. Сухолозова, М.А. Основы теории и методики преподавания гимнастики / М.А. Сухолозова, Е. Бутакова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Волгоградский государственный социально-педагогический университет», Факультет физической культуры и безопасности жизнедеятельности, Кафедра физической культуры и др. – Волгоград : Издательство ВГСПУ «Перемена», 2012. – 147 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429357>

Дополнительная литература

1. Дугина, В. В. Гимнастическая терминология [Текст] : метод. пособие / В.В. Дугина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2011. - 56 с. – Режим доступа: URL: <http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Download/MObject/158/dugina%20v%20v.pdf>

2. Дугина, В. В. Терминология в гимнастике [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.В. Дугина; Мордов. гос. пед. ин-т. - Саранск, 2015. - 3827 Кб : – Режим доступа: URL: http://library.mordgpi.ru/MegaPro/Download/MObject/467/Termin_g_Dug_V_V.pdf

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://fizkultschool-402008.narod.ru/lazanye.html> - Упражнения в лазанье
2. <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1997n11/p55-57.htm> - Обучение гимнастическим упражнениям на основе их моделирования
3. http://revolution.allbest.ru/sport/00086039_0.html - Физкультурно-спортивные виды гимнастики
4. http://revolution.allbest.ru/sport/00096069_0.html - Место гимнастики в системе физического воспитания
5. <http://ru.wikipedia.org/wiki> - Спортивная гимнастика
6. <http://gimnastika.ru/?p=323> - Общие правила анализа техники исполнения гимнастических упражнений

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

Во время лекционных занятий по дисциплине «Гимнастика» необходимо особое внимание студентов обратить на:

- а) факты, от которых зависит понимание главного;
- б) все новое, неизвестное;
- в) данные, которыми часто придется пользоваться и которые трудно получить из других источников.

Акцентировать внимание на том, что записывать материал надо, по возможности, кратко, но без ущерба для ясности. Главная ценность конспекта лекций не в том, что по нему удобно готовиться к экзаменам. Конспект особенно ценен в том случае, если в нем выражается свое отношение к материалу. Целесообразно подчеркивать те места, на которые следует обратить внимание при каждом чтении.

Во время подготовки к практическим занятиям студенту следует обратиться к сформулированным к каждому модулю / теме соответствующим вопросам и заданиям. Зная тему практического занятия, необходимо готовиться к нему заблаговременно. Для эффективной подготовки студенту необходимо иметь методическое руководство к практическому занятию. В предлагаемых планах проведения занятий задания для самостоятельной работы студентов выступают в качестве домашнего задания, обязательного для выполнения.

Важнейшей стороной любой формы практических занятий являются физические упражнения. Основа в упражнении – пример, который разбирается с позиций теории,

развитой в лекции. Как правило, основное внимание уделяется формированию конкретных умений, навыков, что и определяет содержание деятельности – выполнение физических упражнений на гимнастических снарядах, выполнение зачетных комбинаций, уточнение техники выполнения отдельных элементов, являющихся предпосылкой методики обучения элементов гимнастического многоборья.

При обучении и совершенствовании гимнастических элементов и соединений на практических занятиях используются методы целостного и расчлененного упражнения. Один метод всегда дополняет другой.

Метод целостного упражнения предполагает разучивание движений на фоне целостного выполнения двигательного действия. Его применяют при освоении несложных по технике элементов и соединений, когда разучиваемое двигательное действие не поддается расчленению на относительно самостоятельные движения без существенного искажения его основной структуры. Применяя метод целостного упражнения при разучивании относительно сложных двигательных действий, нужно стремиться по возможности упростить двигательную задачу. Это достигается за счет исключения второстепенных деталей, упрощения отдельных фаз двигательного действия и создания условий, облегчающих их выполнения. Так, например, при разучивании прыжка «ноги врозь» через коня в длину для упрощения двигательной задачи в начальной стадии формирования навыка нужно уменьшить высоту снаряда (это позволяет уменьшить длину разбега и снизить его скорость) и не требует от занимающихся строгого соблюдения гимнастического стиля, высокого наскока (замаха) и четкого приземления. Целостный метод широко применяется и при совершенствовании техники гимнастических упражнений. В этих случаях используется прием избирательного вычленения отдельных фаз двигательного действия, т. е. последовательно концентрируется внимание на различных технических деталях. Так, после освоения технической основы прыжка «ноги врозь» через «коня» в длину студенту предлагается при выполнении очередного прыжка либо сделать более высокий наскок на снаряд, либо энергичней выполнить толчок руками и разгибание в последней фазе, либо более четко приземлиться. Применяя метод расчлененного упражнения, который предусматривает временное расчленение двигательного действия на составные части для поочередного их освоения с последующим соединением этих частей в целостное упражнение. Например, при обучении тому же прыжку «ноги врозь» через «коня» в длину применяется метод расчленения, т. е. нужно начинать обучение с отработки фаз прыжка – разбега, наскока на мостик и толчка ногами, приземления. Если после расчленения упражнения отдельные его части продолжают оставаться для студента достаточно трудными двигательными задачами, нужно подбирать к ним соответствующие подводящие упражнения.

Большое значение имеют индивидуальный подход и продуктивное педагогическое общение.

Обучаемые получают возможность раскрыть и проявить свои физические качества и способности, свой личностный потенциал. Поэтому при разработке заданий и плана занятий преподавателю необходимо учитывать уровень физической подготовки и интересы каждого студента группы, выступая в роли консультанта и не подавляя самостоятельности и инициативы студентов.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в

электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения(обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. SunRayBookOffice.WEB
4. 1С: УниверситетПРОФ
5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

12.2 Перечень информационно-справочных систем(обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 302).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, интерактивный экран, компьютер, документ-камера, гарнитура, лазерная указка), доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows 7 Pro
- Microsoft Office Professional Plus 2010
- 1С: Университет ПРОФ

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных

консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 303).

Гимнастический зал.

Основное оборудование:

Блочная подвеска для гимнастических колец, бревно гимнастическое, бревно гимнастическое напольное, брусья гимнастические мужские с жердями, верхнее покрытие акробатической дорожки, канат для лазания 5 м, козел гимнастический, кольца гимнастические, кольца гимнастические с тросиками (пара), конь гимнастический маховый, мостик гимнастический пружинный, перекладина высокая, перекладина гимнастическая универсальная, подвеска блочная для колец гимнастических.