

**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
Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика

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 кафедры

Мамаев А. Р., канд. пед. наук, старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 8 от
19.03.2020 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

Цель изучения дисциплины - формирование у выпускников осознанного отношения к занятиям по гимнастике и профессиональная подготовка 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;
- 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.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.2 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: Дисциплина К.М.06.02 «Технология физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика» относится к комплексному модулю предметно-методического модуля дисциплин и относится к обязательной части учебного плана. Области профессиональной деятельности бакалавров, на которые ориентирует дисциплина «Технология физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика», являются образование, культура.

Освоение дисциплины К.М.2 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.1 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры;

К.М.3 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: легкая атлетика;

К.М.4 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: лыжный спорт;

К.М.5 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: плавание;

К.М.6 Технологии физкультурно-спортивной деятельности: единоборства;

К.М.0 Производственная (педагогическая) практика (летняя вожатская практика);

К.М.0 Производственная (педагогическая) практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: гимнастика», включает: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования)..

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО		
Индикаторы достижения компетенций		Образовательные результаты
УК-7. Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
УК-7.1. Понимает оздоровительное,	Знает:	- оздоровительное, образовательное и воспитательное

образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности; уметь: - использовать физические упражнения с учетом индивидуальных особенностей организма и личности занимающегося, Организовывать физкультурно-спортивную деятельность обучающихся; владеть: - физическими упражнениями применяя их с учетом индивидуальных особенностей организма и личности занимающегося, способностями по организации физкультурно-спортивную деятельность обучающихся .
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	знать: - личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся; уметь: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы; владеть: - умениями отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы.
УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры	знать: - комплексом избранных физических упражнений (средств гимнастики) применяя их в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания; уметь: - применять физические упражнения (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания; владеть: - умениями применять физические упражнения (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания.

ОПК-2. Способностью участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)

ОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающегося	знать: - программу модулей учебной дисциплины в соответствии с образовательными потребностями обучающегося; уметь: - разрабатывать учебные комбинации по гимнастике в соответствии с образовательными потребностями обучающихся; владеть:
---	---

	- умениями разрабатывать учебные комбинации по гимнастике в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.
ОПК-3. Способностью организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	
ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	знать: - требования к результатам деятельности по гимнастике обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; уметь: - проектировать диагностируемые цели по гимнастике обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; владеть: - умениями диагностировать результаты по гимнастике обучающихся в соответствии с потребностями в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	знать: - формы, методы и средства организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся на учебных занятиях по гимнастике, с учетом возрастных особенностей и образовательных потребностей; уметь: - формировать позитивный психологический климат в группе, условия для доброжелательных отношений; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, оказывать помощь и поддержку в организации деятельности; владеть: - формами, методами и средствами организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся на учебных занятиях по гимнастике.
ОПК-5. Способностью осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	
ОПК-5.1. Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	знать: - принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов по гимнастике обучающихся;; уметь: - контролировать и оценивать образовательные результаты по гимнастике обучающихся; владеть: - умениями организовывать контроль результатов по

	гимнастике обучающихся.
ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	знать: - методы контроля и оценки физической подготовленности по гимнастике обучающихся, мониторинга образовательных результатов обучающихся, методами по совершенствованию образовательного процесса; уметь: - осуществлять контроль и оценивать физическую подготовленность по гимнастике обучающихся, мониторинга образовательных результатов обучающихся; владеть: - методами по совершенствованию образовательного процесса по гимнастике.

ПК-3. Способностью реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

ПК-3.3. Проектирует план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности	знать: - структуру и содержание урока физической культуры с гимнастической направленностью; уметь: - проектировать и разрабатывать план-конспект урока по физической культуре с гимнастической направленностью; владеть: - навыками проектирования содержательной части план-конспект-урока по физической культуре с гимнастической направленностью.
--	---

ПК-5. Способностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

ПК-5.2. Применяет меры профилактики детского травматизма	знать: - профилактику травматизма в учебно-воспитательном процессе по гимнастике; уметь: - применять способы страховки и помощи с целью профилактики травматизма на гимнастических снарядах; владеть: - способами страховки и помощи обучающимся на гимнастических снарядах с целью профилактики травматизма.
--	--

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	36	36
Лекции	18	18
Практические	18	18
Самостоятельная работа (всего)	108	108
Виды промежуточной аттестации		

Зачет		+
Общая трудоемкость часы	144	144
Общая трудоемкость зачетные единицы	4	4

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

Раздел 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. 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; упражнений на гимнастических снарядах; термины акробатических упражнений; художественной гимнастики; упражнений с предметами (гимнастической палкой, обручем, булавой, скакалкой). Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми школьного возраста.

Раздел 2. Техника и методика обучения 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. 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.)

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

Тема 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания (2 ч.)

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.

Тема 2. Терминология в гимнастике (2 ч.)

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; упражнений на гимнастических снарядах; термины акробатических упражнений; художественной гимнастики; упражнений с предметами (гимнастической палкой, обручем, булавой, скакалкой). Особенности применения терминологии во время занятий гимнастикой с детьми школьного возраста.

Тема 3. Содержание и организация занятий по гимнастике в школе (2 ч.)

Основные задачи обучения гимнастике в школе. Краткое содержание гимнастического раздела школьной программы по физической культуре. Уроки физической культуры с гимнастической направленностью. Организация учебного процесса на уроке физической культуры с гимнастической направленностью. Планирование учебного материала и учет успеваемости школьников. Гимнастика в режиме учебного дня школьника. Внеклассная работа по гимнастике в школе.

Тема 4. Воспитание физических качеств (2 ч.)

Особенности воспитания силы у школьников. Воспитание подвижности в суставах и гибкости. Специфика воспитания выносливости. Воспитание скоростных и скоростно-силовых качеств у детей школьного возраста

Раздел 2. Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям (10 ч.)

Тема 5. Основы техники силовых упражнений (2 ч.)

Статические упражнения. Трудность этих упражнений. Факторы силовых упражнений.

Степень необходимого напряжения мышц. Механическое понятие момент силы. Плечо действия. Особенности условий удержания равновесия. Силовые перемещения.

Тема 6. Основы техники маховых упражнений (2 ч.)

Маховые упражнения. Вращательные движения по кругу. Понятие "Ось". Оси: фронтальная, сагиттальная, продольная. Главные центральные оси инерции. Значение закономерностей вращения вокруг этих осей. Момент инерции. Структура маховых упражнений.

Тема 7. Основы методики 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. Теоретическая, тактическая и физическая подготовка в гимнастике (2 ч.)

Общая и специальная теоретическая подготовка.Тактические правила установки в гимнастике.тактические приемы в тактической подготовке. Физическая подготовка:общая и специальная. Значение общей и специальной физической подготовки

Тема 9. Техническая и психологическая подготовка в гимнастике (2 ч.)

Предмет технической подготовки и ее основные задачи. Содержание технической подготовки.Элементы начальной «школы» гимнаста. Базовые двигательные действия. Профилирующие элементы. Классификационные элементы и соединения. Техническое совершенствование гимнаста. Методика технической подготовки. Понятие специализированной технической подготовки. Хореографическая подготовки. Прыжковая подготовка. Вращательная подготовка. Методические особенности специализированной технической подготовки. Психология обучения в гимнастике.Психология готовности к соревнованию.Организация предсоревновательной подготовки. Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий.Оценка соревновательной надежности

5.3. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

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

Тема 1. Основные средства гимнастики (2 ч.)

Строевые упражнения.

Общеразвивающие упражнения (ОРУ).

Прикладные упражнения.

Вольные упражнения.

Упражнения художественной гимнастики.

Акробатические упражнения.

Прыжки: опорные и неопорные.

Упражнения на снарядах

Тема 2. Технология проведения ОРУ раздельным способом (2 ч.)

Технология ОРУ раздельным способом.

Объяснить и показать исходное положение.

Объяснить и показать на какой счет и в каком направлении выполняется двигательное действие.

Дать команду для исходного положения.

Дать команду для начала выполнения ОРУ.

Привыполнении упражнения осуществляется подсчет и даются методические указания.

В конце упражнения дается команда "Стой"

Тема 3. Технология проведения ОРУ поточным способом (2 ч.)

Технология ОРУ поточным способом.

Первое упражнения объясняется по технологии раздельного способа.

Второе и последующие упражнения не объясняются, а только называются и демонстрируются.

Переход от одного упражнения к другому осуществляется после определенной команды

Во время упражнения ведется подсчет и даются методические указания.

Команда "Стой" дается после выполнения всего комплекса ОРУ.

Тема 4. Содержание и организация занятий по гимнастике в школе (2 ч.)

Основные задачи обучения гимнастике в школе.

Краткое содержание гимнастического раздела школьной программы по физической культуре.

Уроки физической культуры с гимнастической направленностью.

Организация учебного процесса на уроке физической культуры с гимнастической

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

направленностью.

Планирование учебного материала и учет успеваемости школьников.

Гимнастика в режиме учебного дня школьника.

Внеклассная работа по гимнастике в школе.

Раздел 2. Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям (10 ч.)

Тема 5. Конь-махи. Кольца. (2 ч.)

Конь-махи: характеристика, классификация, основы техники, маятникообразные махи.

Кольца: характеристика, кинематические и динамические закономерности движений: перемещение точек тела и ц.т.д. при махах в висе, пространственно-временные характеристики махов в висе, взаимодействие с опорой, основные положения, действия руками и кистями с кольцами, борьба с раскачиванием.

Тема 6. Брусья. Перекладина (2 ч.)

Брусья: характеристика, основные структурные типы упражнений. Кинематические и динамические закономерности движений. Основные рабочие положения. Рабочая осанка. Техника типичных упражнений: подъем разгибом, подъем махом вперед, подъем махом назад, соскоки с поворотом на 180 и 360 градусов.

Перекладина: кинематические и динамические закономерности движений. Основные рабочие положения. Рабочая осанка. Техника типичных упражнений. Подъем разгибом, оборот в упоре.

Тема 7. Брусья разной высоты.

Бревно (2 ч.)

Брусья разной высоты: характеристика упражнений, основные структурные типы упражнений, пространственные и временные характеристики маховых упражнений, основные рабочие положения, техника типичных упражнений.

Бревно: характеристика упражнения, классификация, особенности сохранения тела, рабочая осанка, обеспечение устойчивости тела.

Тема 8. Техника акробатических упражнений (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 (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».

(Девушки)

- 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 в положение лежа на спине;

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

- мост их положение лежа на спине;
- поворот на 180 градусов в упор присев;
- 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»);
- длинный кувырок в группировке в упор присев;
- прыжок вверх прогнувшись, о.с.

Тема 9. Опорные прыжки:

Вольные упражнения(2 ч.)

Опорные прыжки: характеристика, классификация, основы техники.

Вольные упражнения: характеристика и классификация элементов вольных упражнений, характеристика и классификация прыжков, особенности техники.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (108 ч.)

Раздел 1. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания. (54 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для различных групп мышц.

Используя технологию раздельного и поточного способа проведения общеразвивающих упражнений провести с группой фрагмент своего разработанного комплекса используя знания гимнастической терминологии.

Раздел 2. Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям (54 ч.)

Вид СРС: Подготовка к сдаче нормативов.

Сдача зачетных комбинаций мужского (юноши) и женского (девушки) гимнастического многоборья

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Предметно-технологический модуль	ПК-5, ОПК-5, ПК-3.
2	Психолого-педагогический модуль	ПК-3, ОПК-2, ОПК-3, ОПК-5.
3	Предметно-методический модуль	ОПК-5, УК-7, ОПК-3, ОПК-2, ПК-5, ПК-3.
4	Коммуникативный модуль	ОПК-2.
5	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	ПК-5, УК-7.
6	Модуль воспитательной деятельности	ОПК-3.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированной компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-7 Способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических			

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.			
Не демонстрирует знания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности	В целом успешно, но не систематически демонстрирует знания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности	В целом успешно, но с отдельными пробелами демонстрирует знания особенностей оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности	Способен в полном объеме демонстрирует знания оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности
УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.			
Не способен определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но не систематически определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Успешно определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры			
Не способен применять комплекс физических упражнений (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры	В целом успешно, но бессистемно применяет комплекс физических упражнений (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет комплекс физических упражнений (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры	Способен в полном объеме применяет комплекс физических упражнений (средств гимнастики) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры
ОПК-2 Способностью участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)			
ОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с образовательными			

потребностями обучающегося				
Не способен применять умения составлять программы физических упражнений по гимнастике	Бессистемно применяет знания и умения по разработке физических упражнений по гимнастике	Успешно, но с отдельными недочетами применяет свои знания и умения составлять программы физических упражнений по гимнастике	Успешно применяет свои знания и умения составлять программы физических упражнений по гимнастике	
ОПК-3 Способностью организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов				
ОПК-3.1. Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.				
С трудом проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	С ошибками осуществляет проектирование диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	Успешно, но с отдельными недочетами проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	Успешно применяет свои знания и умения по проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	
ОПК-3.2. Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.				
Частично использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы	С ошибками выбирает формы, методы и средства организации совместной и индивидуальной	Успешно, но с отдельными недочетами выбирает формы, методы и средства организации совместной и	Успешно применяет свои знания и умения по выбору форм, методов и средств организации	

организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательнойдеятельности обучающихся на занятиях по гимнастике	учебной и воспитательной деятельности обучающихся по гимнастике	индивидуальной и учебной и воспитательной деятельности обучающихся по гимнастике	совместной и индивидуальной и учебной и воспитательной деятельности обучающихся по гимнастике
ОПК-5 Способностью осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении			
ОПК-5.1. Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.			
Фрагментально демонстрирует знания принципов организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся по гимнастике разработки программ мониторинга; специальных технологий и методов, позволяющих разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении гимнастическим упражнениям	С ошибками демонстрирует знания принципов организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся по гимнастике, разработки программ мониторинга; специальных технологий и методов, позволяющих разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении гимнастическим упражнениям С ошибками обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся на занятиях по гимнастике	Успешно, но с отдельными недочетами обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся на занятиях по гимнастике	Успешно обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся на занятиях по гимнастике
ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.			
Не выявляет и корректирует трудности в	Владеет, но ошибается в выявлении и	Успешно, но с отдельными недочетами выявляет	Успешно выявляет и корректирует трудности в

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса по гимнастике	корректировке трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса по гимнастике	и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса по гимнастике	обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса по гимнастике
--	--	---	--

ПК-3 Способностью реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса

ПК-3.3. Проектирует план-конспект / технологическую карту урока физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности

Не умеет проектировать план-конспект / технологическую карту урока физической культуры с гимнастической направленностью	С ошибками осуществляет проектирование план-конспект / технологическую карту урока физической культуры с гимнастической направленностью	Успешно, но с отдельными недочетами осуществляет проектирование план-конспект / технологическую карту урока физической культуры с гимнастической направленностью	Успешно осуществляет проектирование план-конспект / технологическую карту урока физической культуры с гимнастической направленностью
---	---	--	--

ПК-5 Способностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности

ПК-5.2. Применяет меры профилактики детского травматизма

Частично применяет меры профилактики травматизма на занятиях гимнастикой	С ошибками применяет меры профилактики травматизма на занятиях гимнастикой	Успешно, но с отдельными ошибками применяет меры профилактики травматизма на занятиях гимнастикой	На высоком уровне применяет меры профилактики травматизма на занятиях гимнастикой
--	--	---	---

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	не зачтено	Ниже 60%

8.3. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОПК-2.1. , ОПК-3.1. , ОПК-3.2. , ОПК-5.1. , ОПК-5.3, ПК-3.3. , ПК-5.2. , УК-7.1. , УК-7.2. , УК-7.4.)

1. Определите 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.

7. Дайте краткий исторический обзор развития гимнастики.

8. Опишите 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. Опишите сущность и значение гимнастической терминологии. Какие требования, предъявляются к терминологии.

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

12. Воспроизведите правила и формы записи общеразвивающих упражнений.

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

14. Докажите продуктивность использования технологии проведения общеразвивающих упражнений раздельным, поточный и проходным способом.

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

16. Объясните технику выполнения и методику обучения подъему махом вперед из размахивания в упоре на руках на брусках (муж.гр.); подъему переворотом из смешанного виса, махом одной, толчком другой на низкой перекладине (жен. гр.).

17. Объясните технику выполнения и методику обучения стойке на руках и стойке на голове и руках на акробатике.

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

19. Объясните технику выполнения и методику обучения кувырку вперед, назад в группировке и через плечо, прогнувшись на акробатике.

20. Назовите методы организации деятельности учащихся на уроках физической культуры с гимнастической направленностью в школе и объясните целесообразность использования методов в структуре урока.

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

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

23. Дайте сравнительную характеристику задачам, содержанию и методике проведения подготовительной, основной и заключительной частей урока гимнастики в школе.

24. Перечислите особенности методики урока гимнастики с детьми разного школьного возраста.

25. Опишите каким образом осуществляется внеклассная работа по гимнастике в общеобразовательной школе, и какие, по Вашему мнению перспективы развития этой работы.

26. Дайте характеристику силовым и маховым упражнениям на гимнастических снарядах женского и мужского многоборья.

27. Назовите основные причины травм на занятиях гимнастикой и их предупреждение.

28. Опишите какие виды страховки и помощи Вы знаете? Перечислите и охарактеризуйте их.

30. Опишите как реализуются дидактические принципы при обучении гимнастическим

упражнениям.

31. Назовите виды соревнований и дайте им сравнительную характеристику.

32. Назовите сенситивные периоды по развитию физических качеств у детей разного школьного возраста.

33. Объясните технику выполнения и методику обучения стойке на плечах на брусьях (муж.гр.), обороту назад в упоре на низкой перекладине (жен. гр.).

34. Объясните технику выполнения и методику обучения опорному прыжку способом «согнув ноги» через «коня» в ширину.

35. Объясните технику выполнения и методику обучения соскоку махом вперед на брусьях (муж.гр.).

36. Объясните технику выполнения и методику обучения обороту вперед из упора врозь на перекладине(муж.гр.).

37. Опишите сущность, содержание физической и специальной подготовки в гимнастике и ее значение.

38. Опишите каким образом формируется готовность к соревнованию, ее цель и психолого-педагогические задачи.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала лекционных и практических занятий, готовности к сдаче контрольных нормативов на гимнастических снарядах. 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.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения : учебное пособие / Л.С. Алаева, К.Г. Клецов, Т.И. Зябрева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. – Омск : Издательство Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 72 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271>

2. Поздеева, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения : учебное пособие : [16+] / 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 Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 100 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483425>

3. Сухолозова, М.А. Основы теории и методики преподавания гимнастики : учебное пособие / 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 Волгоградский государственный

социально-педагогический университет "Перемена", 2012. – 147 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429357>

Дополнительная литература

1. Загrevский, О.И. Основы терминологии гимнастических упражнений / О.И. Загrevский, В.С. Шерин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Томский государственный университет, Факультет физической культуры. – Томск : Томский государственный университет, 2013. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435158>

2. Каткова, А.М. Справочник по гимнастической терминологии строевых и общеразвивающих упражнений / А.М. Каткова, А.И. Храмцова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. – 64 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=47291>

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://academyviner.com/fizicheskaya--kultura.-gimnas> - Физическая культура: Гимнастика : методические материалы. 1-4 классы
4. <http://kopilkaurokov.ru/fizkultura> - Гимнастика : раздел школьной программы по физической культуре
5. http://revolution.allbest.ru/sport/00096069_0.html - Место гимнастики в системе физического воспитания
6. <http://ru.wikipedia.org/wiki> - Спортивная гимнастика
7. http://revolution.allbest.ru/sport/00086039_0.html - Физкультурно-спортивные виды гимнастики
8. <http://sportgymrus.ru> - Официальный сайт Федерации спортивной гимнастики России
9. http://fizruk112.ru>distant_1-11_klass - Материалы для дистанционного образования по физической культуре
10. <http://gimnastika.ru/?p=323> - Общие правила анализа техники исполнения гимнастических упражнений

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

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

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

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.

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.

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. Изучив весь материал, выполните зачетные комбинации гимнастического многоборья получив зачет на каждом гимнастическом снаряде.

- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные гимнастические термины, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к практическому и теоретическому зачету;

- выучите определения терминов, относящихся к теме;

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

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. SunRavBookOffice.WEB
4. 1С: УниверситетПРОФ
5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

12.2 Перечень информационно-справочных систем(обновление выполняется еженедельно)

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

Учебная аудитория для проведения учебных занятий (№107).

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ).

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик, проектор, интерактивный экран, 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 учебных занятий (№303)

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

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.

Оснащение аудиторий

1. Блоч.подв.для гимн.колец. - 1 шт.
2. Бревно гимнастическое - 1 шт.
3. Бревно гимнастическое. - 1 шт.
4. Бревно гимнаст.напольное - 1 шт.
5. Брусья гимнастические мужские с жердями - 3 шт.
6. Верхнее покрытие акробатической дорожки - 1 шт.
7. Канат для лазания, 5м - 4 шт.
8. Козел гимнастический - 2 шт.
9. Кольца гимнастические - 1 шт.
10. Кольца гимнастические с тросиками (пара) - 3 шт.
11. Конь гимнастический маховый - 1 шт.
12. Мостик гимнастический пружинный - 5 шт.
13. Перекладина высокая - 1 шт.
14. Перекладина гимнастическая универсальная - 1 шт.

Мордовский государственный педагогический университет имени М.Е. Евсевьева
Карточка дисциплины БРС

Технологии физкультурно-спортивной деятельности:
гимнастика

Дисциплина:

Учебные годы изучения дисциплины: 2019 - 2020;

Общее количество часов дисциплины: 144

Преподаватель (-и):

Доцент Дугина Валентина Васильевна;

Кафедра Теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Выпускающая кафедра:

Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки);

Группа (-ы): КДБ-119

Курсы обуч.: 1;

Форма обучения: Очная

Объем курса :

Число модулей дисциплины - 2

Вид нагрузки, контроля	Количество часов
Первый семестр	
Зачет	
Лекции	18,00
Практические	18,00
Самостоятельная работа	108,00

Модули дисциплины

Период контроля				
Номер модуля	Наименование модуля	Вес.коэф. модуля	Дата начала	Дата итоговой аттестации
	Вид нагрузки, контроля	Объем в академ. часах		
Первый семестр				
Модуль 1	Гимнастика в отечественной системе физического воспитания. Терминология в гимнастике	0,5	02.09.2019	22.10.2019
	Лекции	8		
	Практические	8		
	Самостоятельная работа	54		
Модуль 2	Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям	0,5	05.11.2019	29.12.2019
	Зачет			
	Лекции	10		
	Практические	10		
	Самостоятельная работа	54		

Факторы качества дисциплины

Период контроля						
Номер модуля	Наименование фактора качества	Вес.коэф. фактора	Кол.занятий (контр. мер.)	Макс. балл занятия	Макс. балл фактора	Примечание
Первый семестр						
Модуль 1	Посещение занятий	0,1	8	1	8	Вес.коэф. Отработк и и Посещен ия зан-й равны.
	Отработка занятий		8	1	8	
	Контрольная аттестация	0,5	2	5	10	
	Выполнение индивидуального задания	0,4	2	5	10	
Модуль 2	Посещение занятий	0,1	10	1	10	Вес.коэф.
	Отработка занятий		10	1	10	

Подготовлено в системе 1С:Университет (000013626)

						Отработк и и Посещен ия зан-й равны.
	Контрольная аттестация	0,4	1	5	5	
	Выполнение физических упражнений	0,5	4	5	20	