

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

*Кафедра спортивных дисциплин*



**Рабочая программа дисциплины**

**Теория и методика гимнастики**

*(наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки

**44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями подготовки**

*(шифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки

**физическая культура, безопасность  
жизнедеятельности (общий профиль)**

Квалификация выпускника

**бакалавр**

Форма обучения

**Очная/заочная**

Год начала подготовки - 2023

*(по учебному плану)*

Карачаевск, 2023

Составитель: к.п.н., доц. Саркисова Н.Г..

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №125, основной профессиональной образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки), профиль – «Физическая культура; безопасность жизнедеятельности» локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры спортивных дисциплин на 2023-2024 уч. год

Заведующий кафедрой



доц. Кочкаров Э. Э.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины.....	4
2. Место дисциплины «Теория и методика гимнастики» в структуре образовательной программы .	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Теория и методика гимнастики», соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	4
4. Объем дисциплины «Теория и методика гимнастики» в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	7
5. Содержание дисциплины «Теория и методика гимнастики», структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	7
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) .....	7
5.2. Виды занятий и их содержание.....	10
5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий.....	15
5.4. Примерная тематика курсовых работ.....	15
5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости .....	15
6. Образовательные технологии .....	16
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	17
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций.....	17
7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	22
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: .....	22
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет).....	23
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов.....	24
7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров.....	27
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса.....	28
8.1. Основная литература: .....	28
9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....	29
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля).....	30
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем .....	35
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).....	35
13. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	36
12. Лист регистрации изменений .....	37

## 1. Наименование дисциплины

*Теория и методика гимнастики*

**Целью** изучения дисциплины является:

- теоретическое освоение обучающимися основных разделов теории и методики гимнастики, необходимых для понимания роли гимнастики в профессиональной деятельности;
- ознакомление студентов с основами знаний о профессии учителя по физической культуре и жизнедеятельности;
- ознакомление студентов с основными теоретическими положениями науки о гимнастике, со спецификой работы в школе.

**Для достижения цели ставятся задачи:**

- получить представление о составе профессиональных обязанностей учителя физической культуры;
- получить представление о роли и задачах профессиональной деятельности;
- изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;
- сформировать умение собирать и анализировать информацию;
- сформировать навыки выполнения творческих заданий;
- осознать, что раздел гимнастики представляет собою специализированную область физической культуры и спорта.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «Педагогическое образование с двумя профилями подготовки» (квалификация – «физическая культура, безопасность жизнедеятельности»).

## 2. Место дисциплины «Теория и методика гимнастики» в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика гимнастики» (Б1.0.07.01.01) относится к базовым и новым физкультурно-спортивным видам деятельности с методикой их преподавания»

Дисциплина «Теория и методика гимнастики» изучается на 1 курсе в 1,2 и 2 курсе- в 3-х семестрах.

<b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>	
Индекс	Б1.0.07.01.01
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Учебная дисциплина «Теория и методика гимнастики» является базовой, знакомит студентов с самыми общими представлениями о профессии учителя по физической культуре и опирается на входные знания, полученные в общеобразовательной школе.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее.	
Изучение дисциплины «Теория и методика гимнастики» необходимо для успешного освоения дисциплин профессионального цикла «Легкая атлетика», «Спортивные и подвижные игры», «Плавание» и другие.	

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Теория и методика гимнастики», соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Теория и методика гимнастики» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося: УК-1. ПК-1, ПК- 3.

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
<b>УК-1</b>	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	<p>УК .1.1. Выбирает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.</p> <p>УК -1.2. Демонстрирует: умение рассматривать точки зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения .</p> <p>УК.1.3 Выявляет степень доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.</p>	<p><i>Знать:</i> источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.</p> <p><i>Уметь:</i> выбирать источники информации соответствующие дисциплине «Теория и методика гимнастики»</p> <p><i>Владеть:</i> объемом источников информации в соответствии с изучаемыми темами по дисциплине</p> <p><i>Знать:</i> точки зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения и определять рациональные идеи в поиске информации.</p> <p><i>Уметь:</i> рассматривать точки зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения и определять рациональные идеи в поиске информации.</p> <p><i>Владеть:</i> умением рассматривать точки зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения и определять рациональные идеи.</p> <p><i>Знать:</i> задачи в рамках научного мировоззрения.</p> <p><i>Уметь:</i> выявить степень доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.</p> <p><i>Владеть:</i> точкой зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.</p>
<b>ПК-1</b>	Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	ПК.-Б.1.1. Способен осваивать основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности	<p><i>Знать:</i> основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности</p> <p><i>Уметь:</i> осваивать основы общетеоретических</p>

		<p>ПК.-Б.1.1. Способен использовать основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно управленческих задач</p>	<p>дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности  <i>Владеть:</i> навыками понимания и системного анализа базовых научно-теоретических представлений для решения профессиональных задач.  <i>Знать</i> основы использования общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности  <i>Уметь</i> использовать знания общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности  <i>Владеть:</i> технологиями использовать основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно управленческих задач</p>
<b>ПК-3</b>	<p>Способен осуществлять обучение учебному предмету, включая мотивацию учебно-познавательной деятельности, на основе использования современных предметно-методических подходов и образовательных технологий</p>	<p><b>ПК.Б. - 3.1.</b> Способен использовать современные педагогические технологии реализации компетентностного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.</p> <p><b>ПК-Б.3.2.</b> Способен осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения</p>	<p><i>Знать:</i> методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы; принципы, виды и приемы современных педагогических технологий);  <i>Уметь:</i> применять современные педагогические технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы.  <i>Владеть:</i> средствами и методами профессиональной деятельности учителя</p>

**4. Объем дисциплины «Теория и методика гимнастики» в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость (объем) дисциплины «Теория и методика гимнастики» составляет: очное форма обучения: 324 академических часа; самостоятельная работа-103 часа заочное- 288 час.9 ед..

Объем дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	324	288
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>	122	
<b>Аудиторная работа (всего):</b>		
в том числе:		
лекции	52	
семинары, практические занятия	70	24
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
<b>Внеаудиторная работа:</b>		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	121	278
<b>Контроль самостоятельной работы</b>	81	22
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	Зачет – 1 сем. Экзамен-2,3 сем	Зачет-1 сем. Экзамен 1 и 2 сем

**5. Содержание дисциплины «Теория и методика гимнастики», структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

Для очной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
<b>1 семестр</b>								

	Всего часов	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		<b>121</b>		
1.	Тема: Гимнастика в отечественной системе физического воспитания (лекция)		4			4	ПК-3 УК-1	Устный опрос
2.	Тема: История развития гимнастики (лекция)		4			4	ПК-3 УК-1	Доклад с презентацией
3.	Тема: Гимнастическая терминология (лекция)		6			6	ПК-3 УК-1	Творческое задание
4.	Тема: Травматизм и меры его предупреждения в гимнастике (лекция)		2			2	ПК-3 УК-1	Блиц-опрос
5.	Тема: Музыкальное сопровождение и слово педагога на занятиях гимнастикой (лекция)		2			4	ПК-3 УК-1	Творческое задание
6.	Тема: Строевые и общеразвивающие упражнения (пр.)			2		12	ПК-3 УК-1	Практ. выполнение заданий
7.	Тема: Лазание и переноска груза (пр.)			4		4	ПК-3 УК-1	Практ. Вып. Заданий
8.	Тема. Прыжки: простые и опорные (пр.)			2		4	ПК-3 УК-1	Практ. Вып. Заданий
9.	Тема: Акробатические упражнения (пр.)			2		4	ПК-3 УК-1	Практ. Вып.заданий
10.	Тема: Упражнения на гимнастических снарядах (практ. занятие)			18		6	ПК-3 УК-1	Практ.выпол. упр. на оценку
<b>2 семестр</b>								
	Всего часов	<b>108</b>	<b>16</b>	<b>16</b>		<b>40</b>		
11.	Тема: Организация и содержание занятий по гимнастике в школе л.з.		4			6	ПК-3 УК-1	Устный опрос
12.	Тема: Планирование и учет работы по гимнастике./л.з		2			6	ПК-3 УК-1	Разработка учебного плана Творческое задание
13.	Тема: Основы техники гимнастических упражнений/л.з		4			6	ПК-3 УК-1	Блиц опрос
14.	Тема: Основы обучения гимнастическим упражнениям/л.з		4			8	ПК-3 УК-1	Тест
15.	Тема: Гимнастические выступления и праздники/л.з		2			6	ОПК-3 УК-1	Творческое задание
16.	Тема: Техника и методика обучения упражнениям гимнастики школьной программы (практ. занятие)			6		4	ПК-3 УК-1	Практ.выпол. заданий на оценку
17.	Тема: Вольные и акробатические упражнения. Упражнения на гимнастических снарядах массовой гимнастики (практ. занятие)			10		4	ПК-3 УК-1	Практ.выпол. зачетных упр. на оценку Творческое задание
<b>3 семестр</b>								
	Всего часов	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>9</b>		



18.	Тема: Основы спортивной тренировки в гимнастике /лз/		4	2		3	ПК-3 УК-1	Фронтальный опрос
19.	Тема: Организация и проведение соревнований по гимнастике/л.з.		4	4		2	УК-1	Доклад с презентацией
20.	Тема: Теория и методика отбора и прогнозирования в гимнастике		4	2		2	ПК-3 УК-1	Тест по теме
21.	Особенности работы с юными гимнастами и гимнастками		4				УК-1	Устный опрос
22.	Тема: Упражнения. классификационной программы категории Б		2	10		2	ПК-3 УК-1	Зачетное упражнение на оценку
	<b>Всего</b>	<b>324</b>	<b>52</b>	<b>70</b>		<b>121</b>		

**Для заочной формы обучения**

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					Сам. работа	Контроль	Формы текущего контроля	
			Аудиторные занятия			уч.					
			Лек	Пр	Лаб						
		Всего 288	10	18			246	20			
<b>Установочная сессия</b>											
	<b>Всего часов</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>2</b>			<b>30</b>				
1.	Гимнастика в отечественной системе физического воспитания		2				4		Собеседование		
2	Тема: История развития гимнастики						6		Устный опрос		
3	Тема: Гимнастическая терминология		2				10		Устный опрос		
3.	Упражнения гимнастики школьной программы			2			10		Собеседовани		
<b>1 курс (зимняя сессия)</b>											
	<b>Всего часов</b>	<b>72</b>		<b>4</b>			<b>64</b>	<b>4</b>	<b>зачет</b>		
	Тема: Организация и содержание раздела гимнастики в школе			2			15		Устный опрос		
	Тема: Урок гимнастики			2			15	2	Устный опрос		
	Тема: Планирование и учет работы по гимнастике						15	2	презентация		
	Тема: Гимнастические выступления и праздники						15		Разработка сценария		
<b>1 курс (Летняя сессия)</b>											
	<b>Всего часов</b>	<b>90</b>	2	2			78	8	<b>экзамен</b>		
	Техника и методика обучения упражнениям гимнастики школьной программы		2	2			30	4	Практ.выпол. зачетных упр. на оценку Творческое задание		
	Организация и проведение соревнований в школе						48	4	Практ.выпол. зачетных упр.		

								на оценку Творческое задание
		<b>2 курс (Летняя сессия)</b>						
	<b>Всего часов</b>	90	4	4		74	8	зачет
	Организация и проведение спортивно-массовых гимнастических выступлений и праздников		2	2		24	6	Практ.выпол. зачетных упр. на оценку
	Музыкальное сопровождение на уроках физической культуры		2	2			2	Творческое задание

## 5.2. Виды занятий и их содержание

### (ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ)

#### Первый семестр

##### 5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

##### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

ТЕМА 1: Гимнастика в системе физического воспитания

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Предмет и задачи предмета «Теория и методика гимнастики»
2. Основные средства и методические особенности гимнастики
3. Классификация видов гимнастики.
4. Гимнастика, как учебно-педагогическая и научная дисциплина

##### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема 2: Исторический обзор развития гимнастики

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Закономерности развития гимнастики
2. Гимнастика у древних народов.
3. Гимнастика в средневековье.
4. Создание национальных систем гимнастики.
5. Гимнастика в дореволюционной России и в СССР.

##### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

Тема: Гимнастическая терминология

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Значение терминологии
2. Требования, предъявляемые к терминологии
3. Правила гимнастической терминологии
4. Правила применения терминов
5. Основные формы записи упражнений гимнастики

##### Лекционное занятие 7-8.

**Тема:** Предупреждение травматизма на занятиях гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Причины травматизма и способы его предупреждения
2. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика
3. Требования к местам проведения занятий
4. Страховка, помощь и страховка, как меры предупреждения травматизма
5. Обучение приемам страховки и помощи

## 6. Врачебный контроль и самоконтроль

### **Лекционное занятие № 9**

**Тема:** Музыкальное сопровождение и слово педагога на занятиях гимнастикой  
*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Значение музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой
2. Слово педагога в комплексе средств гимнастики, используемых на занятиях гимнастикой

## **2 семестр**

### **Лекционное занятие 1-2**

**Тема:** Организация и содержание занятий по гимнастике в школе

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию
2. Урок гимнастики и его структура
3. Разновидности уроков в зависимости от педагогических задач.
4. Задачи, средства и требования к проведению отдельных частей урока.
5. Плотность урока.
6. План конспект урока.
7. Организация урока.

### **Лекционное занятие 3**

**Тема:** Планирование и учет работы по гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Значение и задачи планирования работы по гимнастике в школе.
2. Виды планирования: текущее, календарное, перспективное.
3. Основные документы планирования: план работы, учебный план, программа, рабочая программа, рабочий план, конспект урока и методика их составления.
4. Учет учебной работы, его значение и задачи.
5. Особенности планирования учебного материала по гимнастике в начальных, средних и старших классах.

### **Лекционное занятие 4-5**

**Тема :** Основы техники гимнастических упражнений

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Общие закономерности, лежащие в основе техники гимнастических упражнений.
2. Статические упражнения.
3. Динамические упражнения.
4. Силовые и маховые упражнения.
5. Динамическое равновесие.

### **Лекционное занятие 6-7**

**Тема:** Основы обучения гимнастическим упражнениям

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Теория отражение- методологическая и теоретическая основа процесса обучения.
2. Умения и навыки в гимнастике.
3. Способности гимнастов.
4. Этапы обучения технике гимнастических упражнений.
5. Реализация принципов дидактики в процессе обучения гимнастическим упражнениям.
6. Методы, приемы и условия обучения

### **Лекционное занятие - 8**

Тема: Гимнастические выступления и праздники

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Гимнастические выступления и праздники как форма социальной активности широких масс населения.
2. Значение гимнастических выступлений и праздников.
3. Краткий исторический обзор гимнастических выступлений
4. Подготовка и проведение праздников с различными возрастными группами.

### **3 семестр**

#### **Лекционное занятие 1-2**

Тема: Основы спортивной тренировки в гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Спортивная тренировка: понятие, цели и основные средства их достижения.
2. Средства гимнастики.
3. Этапы подготовки юных гимнастов.

#### **Лекционное занятие 2**

Тема: Основы спортивной тренировки в гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Виды спортивной подготовки гимнастов: физическая, техническая, теоретическая, интегральная, психологическая.
2. Цикл, периоды тренировки.
3. Планирование учебно-тренировочного процесса.

#### **Лекционное занятие 3-4**

Тема: Организация и проведение соревнований по гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Агитационное и педагогическое значение соревнований по гимнастике.
2. Виды и характеристика соревнований по гимнастике
3. Положение и программа соревнований.
4. Содержание правил соревнований.
5. Общие требования к соревнованиям мужчин и женщин.
6. Порядок проведения соревнований.
7. Методика и техника судейства соревнований.
8. Подготовка судей по гимнастике.

#### **Лекционное занятие 5-6**

Тема: Теория и методика отбора и прогнозирования в гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Теоретические предпосылки спортивной ориентации
2. Факторы, обуславливающие успешность спортивного совершенствования в гимнастике
3. Прогнозирование задатков и способностей детей к занятиям гимнастикой.
4. Методы отбора и комплектования групп для занятий гимнастикой.
5. Формы и средства воспитательной работы с юными гимнастами.

#### **Лекционное занятие 7-8**

Тема: Особенности работы с юными гимнастами и гимнастками

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Предпосылки достижения спортивного мастерства в гимнастике в детском и юношеском возрасте.
2. Особенности работы с юными гимнастами на этапе отбора и начальной подготовки.
3. Особенности работы с юными гимнастами в период начальной специализированной подготовки.
4. Особенности работы с юными гимнастами в период углубленной специализированной подготовки.
5. Особенности работы с юными гимнастами в период достижения спортивного мастерства.

#### **Лекционное занятие 9**

**Тема:** Научная работа по гимнастике

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

1. Задачи научной работы по гимнастике.
2. Научная работа учителя физической культуры.
3. Методы научного исследования в гимнастике.
4. Оформление научной работы и результатов исследования

#### **5.2.2. Тематика и краткое содержание практических занятий**

##### **1 семестр**

##### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2**

Тема: Основы техники строевых и ОРУ без предмета.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ без предмета.
- 2). Лазание, перелазание.
- 3) Устный опрос по теме :Гимнастика в системе физического воспитания

##### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4**

Тема: Основы техники гимнастических упражнений на снарядах.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ без предмета.
- 2). Учебная практика студентов в проведении строевых упражнений
- 3). Переползание и переноска груза, лазание
- 4) Устный опрос по теме: Закономерности развития гимнастики

##### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6**

Тема: Лазание и переноска груза

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической палкой.
- 2) Учебная практика: проведение строевых упражнений
- 3) Техника лазания в 3 и в 2 приема.
- 4) Упражнения на гимнастических снарядах: Брусья, кольца..
- 5) Устный опрос по теме «Исторический обзор развития гимнастики»

##### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-9**

Тема: Прыжки: простые и опорные

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической палкой – учебная практика студентов.
- 2) Прыжки простые, со скакалкой и опорные: через козла, коня.
- 3) Упражнения на гимнастических снарядах: перекладина, конь с ручками.
- 4) Устный опрос по теме: Гимнастическая терминология

##### **Второй семестр**

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: Упражнения гимнастики

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической палкой - учебная практика студентов..
- 2) Акробатические упражнения: кувырки, стойки
- 3) Упражнения на гимнастических снарядах: брусья, бревно, кольца.
- 4) Устный опрос по теме: Гимнастическая терминология

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2-4

Тема:

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической скамейкой- учебная практика студентов.
- 2) Упражнения на гимнастических снарядах: перекладина, конь с ручками,
- 3) Акробатические упражнения: кувырки, стойки, переворот в сторону.
- 4) Устный опрос по теме «Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике»

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ вдвоем и в сопротивлении –учебная практика студентов
- 2). Упражнения на гимнастических снарядах: брусья, бревно, кольца
- 3). Упражнения ОФП.
- 4) Устный опрос по теме «Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике»

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-8

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ.
- 2) Упражнения на гимнастических снарядах.
- 3) Выполнение упражнений текущего зачета на оценку.
- 4) Устный опрос по теме: Основы техники и методики обучения гимнастическим упражнениям

### **3 семестр**

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: Основы техники строевых и ОРУ без предмета.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ без предмета.
- 2). Лазание, перелазание.
- 3) Устный опрос по теме :Гимнастика в системе физического воспитания

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема: Основы техники гимнастических упражнений на снарядах.

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ без предмета.
- 2). Учебная практика студентов в проведении строевых упражнений
- 3). Переползание и переноска груза, лазание
- 4) Устный опрос по теме: Закономерности развития гимнастики

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

Тема: Лазание и переноска груза

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической палкой.
- 2) Учебная практика: проведение строевых упражнений

- 3) Техника лазания в 3 и в 2 приема.
- 4) Упражнения на гимнастических снарядах: Брусья, кольца..
- 5) Устный опрос по теме «Исторический обзор развития гимнастики»

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-8

Тема: Прыжки: простые и опорные

*Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:*

- 1). Строевые и ОРУ с гимнастической палкой – учебная практика студентов.
- 2) Прыжки простые, со скакалкой и опорные: через козла, коня.
- 3) Упражнения на гимнастических снарядах: перекладина, конь с ручками.
- 4) Устный опрос по теме: Основы спортивной тренировки

### 5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

### 5.4. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

### 5.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объема самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности:

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	Конспект: лекций, учебных заданий.
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на практических занятиях)	Учебная практика в проведении строевых и ОРУ. Страховка и помощь при выполнении студентом упражнений гимнастики на снарядах.
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	Подготовка комплексов ОРУ (презентация)
Подготовка к текущему контролю	Разработка комплекса ОРУ без предмета типа УГГ и с предметами: гимнастическая палка, скамейка и др.
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	Доклад, реферат
Подготовка к промежуточной аттестации	Выполнение контрольных упражнений и теоретических заданий, тестирование

Итого	
-------	--

## **6. Образовательные технологии**

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

**Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.**

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме практического выполнения гимнастических упражнений, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить студентов, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических занятий.

### **1. Практическое выполнение упражнений**

Групповое занятие направлено на освоение техники упражнений гимнастики. страховки друг друга, что способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе освоения упражнений перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны освоить технику упражнения..

Преподаватель оказывает практическую помощь и устанавливает определенные правила проведения группового занятия:

- задавать определенные рамки выполнения упражнений с оказанием помощи и исправления ошибок;

- ввести алгоритм обучения;

- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового занятия.

Разновидностью практического занятия является соревнования, которые проводятся с целью подведения итогов освоения техники упражнений гимнастики.

### **2. Публичная презентация проекта**

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала по гимнастике, выделить и



проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

**3. Дискуссия.** Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

### **7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций**

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
<b>УК-1</b>					
<b>УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</b>	УК. 1.1 Выбирает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	Не знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	частично знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	Знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	В полном объеме знает источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.
		Не умеет выбирать источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	Умеет частично выбирать источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	Умеет выбирать источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.	В полном объеме умеет выбирать источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.
		Не владеет выбором источников информации, адекватным	Частично владеет выбором источников информации, адекватных	Владеет выбором источников информации, адекватным поставленным	В полном объеме владеет выбором источников информации, адекватным



		рациональные идеи	определять рациональные идеи	научного мировоззрения	мировоззрения
		Не владеет степенью доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.	Частично владеет степенью доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.	Владеет степенью доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.	В полном объеме владеет степенью доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.
Повышенный	Знать: источники информации, адекватные поставленным задачам и соответствующие научному мировоззрению.				
	Уметь: умеет рассматривать точки зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения и определять рациональные идеи.				
	Владеть: степенью доказательности различных точек зрения на поставленную задачу в рамках научного мировоззрения.				
ПК-1. Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	ПК.-Б.1.1. Способен осваивать основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно-управленческих задач в профессиональной деятельности	Не знает базовые общетеоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	Частично знает общетеоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	Знает базовые общетеоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности	Знает в полном объеме общетеоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности
		Не умеет осваивать основы базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	Частично умеет осваивать основы базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	Умеет осваивать основы базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	В полном объеме умеет осваивать основы базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач
		Не владеет основами базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	Частично владеет основами базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	Владеет основами базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач	В полном объеме владеет основами базовых общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач



		задач в профессиональной деятельности и технологиями их использования	задач в профессиональной деятельности и технологиями их использования	профессиональной деятельности и технологиями их использования	задач в профессиональной деятельности и технологиями их использования
<p><i>Знать:</i> основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности</p> <p><i>Уметь:</i> осваивать основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических, организационно управленческих задач в профессиональной деятельности</p> <p><i>Владеть:</i> навыками понимания и системного анализа базовых научно-теоретических представлений для решения профессиональных задач.</p>					
<b>ПК-3</b> Способен осуществлять обучение учебному предмету, включая мотивацию учебно-познавательной деятельности, на основе использования современных предметно-методических подходов и образовательных технологий	<b>ПК.Б. - 3.1.</b> Способен использовать современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	<i>Не знает</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	<i>Частично знает</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	<i>Знает</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.	<i>Знает в полном объеме</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся.
		<i>Не умеет</i> использовать современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Частично умеет</i> использовать современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Умеет</i> использовать современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Умеет в полном объеме</i> использовать современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся
		<i>Не владеет</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Частично владеет</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Владеет</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся	<i>Владеет в полном объеме</i> современные педагогические технологии реализации компетентного подхода с учетом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся
	<b>ПК-Б.3.2.</b> Способен осуществлять выбор				

образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Не знает</i> образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Частично знает</i> образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Знает</i> образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Знает в полном объеме</i> образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения
	<i>Не умеет</i> осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Частично умеет</i> осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Умеет</i> осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Умеет в полном объеме</i> осуществлять выбор образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения
	<i>Не владеет</i> технологиями выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Частично владеет</i> технологиями выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Владеет</i> технологиями выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения	<i>Владеет в полном объеме</i> технологиями выбора образовательных технологий для достижения планируемых образовательных результатов обучения
<p><i>Знать:</i> методику преподавания учебного предмета (закономерности процесса его преподавания; основные подходы; принципы, виды и приемы современных педагогических технологий);</p> <p><i>Уметь:</i> применять современные педагогические технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы.</p> <p><i>Владеть:</i> средствами и методами профессиональной деятельности учителя</p>				

## **7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины**

### **7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:**

1. Гимнастика как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания и ее основные задачи.
2. Структура и классификация гимнастических упражнений.
3. Формы занятий гимнастикой.
4. Методика применения упражнений под музыку на занятиях по физической культуре в школе.
5. Характеристика упражнений без предмета и методика их преподавания в школе.
6. Вольные упражнения.
7. Классификация ОРУ и методика их проведения с детьми школьного возраста
7. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.

8. История, возникновение, развитие и современное состояние гимнастики.
9. Классификация и терминология гимнастики.
10. Обеспечение техники безопасности при занятиях гимнастикой.
11. Организация занятий в различных звеньях системы физического воспитания.
12. Техника и методика обучения упражнениям акробатики школьной программы по физической культуре
13. Техника и методика обучения упражнениям в равновесии школьной программы по физической культуре.
14. Техника и методика обучения упражнениям на брусьях школьной программы по физической культуре.
15. Техника и методика обучения опорных прыжкам школьной программы по физической культуре
16. Техника и методика обучения упражнениям на перекладине школьной программы по Физической культуре

### **Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:**

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

### **7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)**

1. Возникновение национальной немецкой системы гимнастики.
2. Возникновение национальной французской системы гимнастики.
3. Возникновение национальной шведской системы гимнастики.
4. Возникновение национальной сокольской системы гимнастики.
5. Гимнастика в России.
6. Задачи и методические особенности гимнастики.
7. Классификация видов гимнастики.
8. Гимнастика как учебно-педагогическая дисциплина.
9. Значение и краткая история развития гимнастической терминологии как компонента системы спортивной терминологии.
10. Требования, предъявляемые к терминологии.

11. Способы образования терминов и правила их применения.
12. Правила и формы записи упражнений на снарядах.
13. Правила и формы записи ОРУ.
14. Правила и формы записи упражнений вольных упражнений.
15. Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию.
16. Формы занятий по гимнастике в школе.
17. Задачи, средства и требования к проведению гимнастики до занятий.
18. Организация гимнастики в группах продленного дня.
19. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и первая помощь.
20. Причины возникновения травматизма и меры его предупреждения.
21. Страховка и помощь в процессе занятий.
22. Обучение приемам помощи и страховки.
23. Особенности травматизма в отдельных видах многоборья и его профилактика.
24. Методика проведения физкультурной минутки и паузы.
25. Самостоятельные формы занятий гимнастикой в школе.

#### **Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Теория и методика гимнастики»:**

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

#### **7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов**

##### **1. Гимнастика – это:**

- А). Совокупность упражнений для физического развития организма;
- Б). Воспитательный процесс для совершенствования двигательных способностей;
- В). Система методических приёмов для совершенствования двигательных способностей

##### **2. Оздоровительные виды гимнастики:**

- А) Основная, гигиеническая, атлетическая;
- Б). Спортивная, художественная;
- В.) Производственная, профессионально-прикладная

##### **3. .... гимнастика – это система физических упражнений, в том числе со штангой, гантелями, гириями и различными блочными устройствами, направленная на гармоничное развитие мышечных групп человека**

- А.) Основная;
- Б). Гигиеническая;



В).Атлетическая

**4. В него входят: у мужчин — вольные упражнения, упражнения на коне, кольцах, брусьях и перекладине, опорные прыжки; у женщин — опорные прыжки, упражнения на брусьях разной высоты, гимнастическом бревне и вольные упражнения. Что за вид спорта?**

А. Художественная гимнастика;

Б. Спортивная акробатика;

В. Спортивная гимнастика

**5. Вид спорта, заключающийся в выполнении под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента)**

А.Спортивная гимнастика;

Б.Художественная гимнастика;

В.Спортивная акробатика

**6. При выполнении физических упражнений ..... помогает учитывать влияние нагрузок на организм и регулировать их**

А. Внимание;

Б. Дисциплина;

В. Самоконтроль

**7. Комплекс произвольных упражнений, выполняемых в танцевальной манере, когда не требуется больших усилий для их выполнения и темп продиктован, прежде всего, звучащей музыкой**

А.Художественная гимнастика;

Б.Ритмическая гимнастика;

В.Спортивная гимнастика

**8. Общеразвивающие (общеукрепляющие) упражнения**

А.Избирательно воздействуют на отдельные части тела и группы мышц, направлены на оздоровление и укрепление всего организма;

Б.Используют как средство реабилитации, восстанавливающее функции, нарушенные болезнью;

В.Формируют правильное телосложение

**9.Ежедневные занятия ..... гимнастикой усиливают кровообращение, улучшают деятельность сердечно – сосудистой системы и обмен веществ, положительно воздействуют на психику человека**

А.Гигиенической;

Б.Атлетической;

В.Ритмической

**10. Разновидность гимнастики, включающая в себя упражнения на ловкость, гибкость, прыгучесть, силу и балансировку**

А.Ритмика;

Б.Акробатика;

В.Аэробика

**11. Как называют комплекс мер, направленных на обеспечение безопасности гимнастов в процессе выполнения упражнений?**

А.Страховка;

Б.Внимание;

В.Объяснение

**12. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке**

А. опора головой о мат;

Б. прижимание к груди согнутых ног;

В. «круглая» спина.

**13. Вращательные движения с последовательным касанием опоры отдельными частями тела без переворачивания через голову**

А.Кувырок;

Б.Перекат;

В.Группировка

**14. Вращательные движения тела с полным переворачиванием через голову и опорой руками**

А.Стойка;

Б.Переворот;

В.Оборот

**15.К акробатическим упражнениям относятся**

А.Упражнения в поднимании и переносе груза;

Б.Вращательные движения вокруг различных осей;

В.Упражнения на перекладине

**16.В какой последовательности выполняется опорный прыжок?**

А.Наскок на мостик, толчок ногами, толчок руками, полёт;

Б.Разбег, толчок ногами, толчок руками, полёт, приземление;

В.Разбег, наскок на мостик, толчок ногами, полет до толчка руками, толчок руками, полет после толчка руками и приземление

**17.Комбинации разнообразных гимнастических и акробатических элементов, логично связанных между собой по законам композиции**

А.Общеразвивающие упражнения;

Б.Вольные упражнения;

В.Оздоровительные упражнения

**18.В комплексах оздоровительной гимнастики каждое упражнение выполняется многократно**

А.Да;

Б.Нет

**19.Производственная гимнастика выполняется с целью**

А.Повышения работоспособности, укрепления здоровья;

Б.Профилактики;

В.Совершенствования профессионально важных физических качеств

**20.Комплекс упражнений производственной гимнастики для сотрудников, выполняющих физическую работу, должен быть направлен**

А.на выполнение упражнений в высоком темпе при большой амплитуде;

Б.на расслабление мускулов,

В. На восстановление дыхания.

*Ключи к тестовым заданиям.*

№ п/п	Правильный ответ	Ответ	Правильный ответ
1	А	11	А
2	А	12	А
3	В	13	Б
4	В	14	Б
5	Б	15	Б
6	Б	16	В
7	Б	17	Б
8	А	18	А
9	А	19	А
10	Б	20	Б

**Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний**

**Шкала оценивания** (за правильный ответ дается 1 балл)

«неудовлетворительно» – 50% и менее

«удовлетворительно» – 51-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

**Критерии оценки тестового материала по дисциплине**

**«Теория и методика гимнастики»:**

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия,

узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объеме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

#### **7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров**

Согласно Положения о бально-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета бально-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Практическое выполнение упражнений гимнастики» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

#### **Таблица перевода бально-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания**

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
---	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----------------------------------

Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса**

### **8.1. Основная литература:**

#### **а) основная литература:**

1. Безлепкин Д.Н. Строевые упражнения на практических занятиях по спортивным дисциплинам / Учебно-методическое пособие – Ставрополь, 2011.- 60 с.
2. Вишневская, Н. П. Методика преподавания гимнастики: учебное пособие / Н. П. Вишневская; Кемеровский государственный университет. - Кемерово: КемГУ, 2011. - 144 с. - ISBN 978-5-8353-1138-5. - URL: <https://e.lanbook.com/book/61411> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
3. Гимнастика. /Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.:Издательский центр «Академия», 2002. – 447 с
4. Гимнастика: Учебник для студентов высших пед. учебных заведений / М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др., Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 448 с.
5. Гимнастика: учебник /В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. – Ростов н/Д : Феникс, 2008. – 314 с.
6. Гимнастика. Методика преподавания: учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.]; под общей редакцией В.М. Миронова. - Москва: ИНФРА-М, 2021. - 335 с.: ил. - ( Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-578-6. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1381285> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
7. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000 - 448с.

8. Поваляева Г. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика: для подготовки к практическим занятиям / Г.В. Поваляева; О.Г. Сыромятникова - Омск: Издательство СибГУФК, 2012. - 144 с. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274888>

9. Прох, П. А. Атлетическая гимнастика для девушек: учебное пособие / П. А. Прох. - Дубна: Государственный университет «Дубна», 2020. - 52 с. - ISBN 978-5-89847-594-9. - URL: <https://e.lanbook.com/book/154502> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

10. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: учеб.пособие .- М.: Просвещение, 1989. - 175 с.

11. Спортивная гимнастика. Учебник. Под ред. Ю.К. Гавердовского и В.М. Смолевского.- М.: Физкультура и спорт, 1979. – 327 с.

12. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика: учебное пособие / под редакцией Л. А. Савельева. - Москва: Человек, 2014. - 148 с. - ISBN 978-5-906131-33-1. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/915399> (дата обращения: 28.05.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

13. Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: учебное пособие / Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская. - Санкт-Петербург: СПбГУ, 2018. - 272 с. - ISBN 978-5-288-05785-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1000483> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

14. Художественная гимнастика: история, состояние и перспективы развития: учебное пособие / И. А. Винер-Усманова, Е. С. Крючек, Е. Н. Медведева . - Москва: Человек, 2014. - 200 с. - ISBN 978-5-906131-29-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/920110> (дата обращения: 28.05.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

#### **б) дополнительная литература:**

1. Гимнастика и методика её преподавания: Учебник для факультетов физической культуры /Под ред. Н.К. Меньшикова. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 1998. - 463с.

2. Гимнастика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры /Под ред. В.М Смолевского. – Изд. 3-е, перераб., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 336 с.

3. Ким Н.К., Дьяконов М.Б. Фитнес: учебник. – М: Советский спорт, 2006. – 454 с.

4. Саркисова Н.Г. Шейпинг.- Карачаевск, Изд-во КЧГУ, 2010.– 100с.

5. Спортивная гимнастика [Текст]: полное руководство по подготовке / [отв. ред. О. Усольцева] - Москва: Эксмо, 2013. – 256с.

6. Смолевский В.М., Ивлиев Б.К. Нетрадиционные виды гимнастики. - М.: Просвещение, 1992. - 80 с.

7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студентов высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480с.

#### **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. <http://gimnastika.ru> Гимнастика/На сайте рассматриваются важные вопросы теории и методики преподавания гимнастики

2. <http://lesgaft.spb.ru/254>. Официальный сайт кафедры теории и методики гимнастики НГУФК им. П.Ф. Лесгафта.

3. <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1998N8/p23-26,39-46.htm>. Теория и практика физической культуры: научно-теоретический журнал.
4. <http://www.kgafk.ru/kgufk/html/gimnast.html> Официальный сайт кафедры теории и методики гимнастики Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.
5. <http://www.sportmedicine.ru/gymnastics.php> Сайт «Спортивная медицина», травмы в спортивной гимнастике
6. <http://www.olgimnaster.info/> Сайт Гимнастика (рекомендации тренера) основы современной гимнастики
7. <http://www.sport-is.ru/gimnastika/info/> Сайт полезной информации по видам спорта.

### 9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Выполнение упражнений гимнастики. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

**Методические рекомендации к организации самостоятельной работы обучающихся** по дисциплине «Теория и методика гимнастики» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка рефератов и докладов к практическим занятиям;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к зачету и экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является выполнение гимнастических упражнений, чтение учебной литературы. В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций и практических занятий, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов: докладов, презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится зачет по технике освоения

упражнений гимнастики. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества исполнения упражнений гимнастики и всего процесса учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по гимнастике, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачете вопроса студенту предлагается повторная сдача в установленном порядке.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;

2) все упражнения гимнастики изучаемые на практических занятиях должны быть выполнены в срок;

3) обязательно выполнять все домашние задания;

4) проявлять активность на занятиях и при подготовке учебной практики, т.к. конечный результат овладения методикой проведения занятий по гимнастике необходимым, в первую очередь, самому студенту;

5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

#### **Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям**

Лекция - ведущая форма организации учебного процесса в вузе. 1/3 часть аудиторных занятий по курсу «Теория и методика гимнастики» составляют лекции, поэтому умение работать на них - насущная необходимость студента. Принято выделять три этапа этой работы. Первый - предварительная подготовка к восприятию, в которую входит просмотр записей предыдущей лекции, ознакомление с соответствующим разделом программы и предварительный просмотр учебника по теме предстоящей лекции, создание целевой установки на прослушивание.

Второй - прослушивание и запись, предполагающие внимательное слушание, анализ излагаемого, выделение главного, соотношение с ранее изученным материалом и личным опытом, краткую запись, уточнение непонятого или противоречиво изложенного материала путем вопросов лектору. Запись следует делать либо на отдельных пронумерованных листах, либо в тетради. Обязательно надо оставлять поля для методических пометок, дополнений. Пункты планов, формулировки правил, понятий следует выделять из общего текста. Целесообразно пользоваться системой сокращений наиболее часто употребляемых терминов, а также использовать цветовую разметку записанного при помощи фломастеров.

Третий - доработка лекции: перечитывание и правка записей, параллельное изучение учебника, дополнение выписками из рекомендованной литературы.

#### **Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям**

Практические занятия являются важной составной частью учебного процесса в вузе, цель которых состоит в следующем:

- научно-теоретическое обобщение литературных источников;
- углубленное изучение (усвоение) учебного материала;

- приобретение навыков в освоении техники изучаемых двигательных действий (техники выполнения гимнастического элемента, комбинации и т.д.), а также творческой работы с документами и первоисточниками.

#### **Алгоритм подготовки студентов к практическим занятиям**

1. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо ознакомиться с теоретическими аспектами по изучаемой теме. Такой подход помогает быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном.

2. Продолжая подготовку к практическому занятию, необходимо отметить (найти) страницы в конспекте лекций, учебниках, учебных пособиях, чтобы иметь общее представление о изучаемом движении.

3. Затем следует поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам. Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы. Они помогают понять построение изучаемой книги, выделить основные положения, проследить их логику. Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память.

4. Сопоставление материала из разных источников.

5. Конспектирование материала (план: простой, развернутый; выписки, тезисы). Подготовка к ответу (выступлению).

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Выступление не должно сводиться к репродуктивному уровню (простому воспроизведению лекции), не допускается и простое чтение конспекта. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного. При этом отвечающий (выступающий) студент может обращаться к записям конспекта и лекций, непосредственно к первоисточникам, использовать факты и наблюдения современной системы спортивной тренировки и т.д.

#### **Методические рекомендации по написанию реферата**

Реферат - продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Написание реферата позволяет структурировать знания студентов.

**Реферат** (от латинского *referte* – докладывать, сообщить, излагать сущность какого-либо вопроса) – это письменный доклад или выступление по определённой теме с обобщением информации из одного или нескольких источников. Иными словами, реферат представляет собой изложение имеющихся в научной литературе концепций по заданной проблемной теме.

Реферат имеет самостоятельное научно-прикладное значение и является одной из форм отчетности и контроля знаний магистрантов.

Работая над рефератом, студент должен продемонстрировать не только основательное знание материала, но и умение самостоятельно разбираться в нем, систематизировать и творчески использовать основные идеи источников для раскрытия темы, логично строить содержание, связно и лаконично излагать материал.

Изложение материала должно носить проблемно-полемиический характер, показывать различные точки зрения на избранную проблему, отражать собственные взгляды и комментарии автора реферата. Такой реферат становится важнейшим средством повышения теоретического и методического уровня профессиональных знаний студентов.

#### **Этапы работы над рефератом**

**1. Выбор темы.** Основным критерием выбора темы реферата является научный интерес студента. Выбор темы должен иметь практическое и теоретическое обоснование,



в то же время тема не должна быть слишком общей и глобальной, так как небольшой объем работы (до 20 страниц) не позволит раскрыть ее. При выборе темы необходимо учитывать полноту ее освещения в имеющейся научной литературе.

**2. Составление списка литературы.** Перед началом работы над рефератом следует наметить основные направления разработки выбранной темы, логически разделить ее на 3–4 основных раздела, а затем, исходя из очерченного круга проблем, подбирать литературу. Прежде всего следует воспользоваться рекомендованной по учебной программе литературой по выбранной теме. Студент имеет право значительно расширить список использованных источников, вплоть до архивных. Начинать знакомство с избранной темой лучше всего с чтения обобщающих работ по данной проблеме, постепенно переходя к узкоспециальной литературе. Большую помощь студенту могут оказать специальные научные журналы, в которых можно найти рецензии на монографии, статьи и обзоры по интересующей его проблеме. При этом следует сразу же составлять библиографическое описание используемых источников, т.е. фиксировать выходные данные: автор, название, место и год издания, издательство, страницы.

**3. Составление тезисов как логико-информационной опоры.** На основе анализа прочитанного и просмотренного материала по данной теме следует составить *тезисы* по основным смысловым блокам, с пометками, собственными суждениями и оценками.

**4. Составление плана.** Правильно построенный план помогает систематизировать материал и обеспечить последовательность его изложения.

Наиболее традиционной является следующая **структура** реферата:

Титульный лист

Содержание

Введение

1. (полное наименование главы).

1.1. (полное название параграфа);

1.2

2. (полное наименование главы).

2.1 (полное название параграфа);

2.2.

Заключение

Библиографический список

Приложения (по усмотрению автора).

Во **Введении** обосновывается актуальность выбранной темы, формулируются цели работы и основные вопросы, которые предполагается раскрыть в реферате, указываются используемые материалы и дается их краткая характеристика с точки зрения полноты освещения избранной темы. Объем введения не должен превышать 1-1,5 страницы.

**Основная часть** реферата может быть представлена двумя или несколькими главами, которые могут включать 2-3 параграфа (подпункта, раздела).

В этой части реферата достаточно полно и логично излагаются главные положения в используемых источниках, раскрываются все пункты плана с сохранением связи между ними и последовательности перехода от одного к другому. Материал в реферате рекомендуется излагать своими словами, не допуская дословного переписывания из литературных источников без оформления внутритекстовых библиографических ссылок. В тексте обязательны ссылки на первоисточники. Работа должна быть написана грамотным литературным языком.

**Заключение.** В этой части обобщается изложенный в основной части материал, формулируются общие выводы с учетом опубликованных в литературе различных точек зрения по проблеме, рассматриваемой в реферате, сопоставления их и личного мнения автора реферата. Заключение по объему не должно превышать 1-2 страниц.

**Библиографический список**(список литературы). В нём указывается реально использованная для написания реферата литература, периодические издания и

электронные источники информации. Список составляется согласно правилам библиографического описания.

Оформляется реферат в соответствии с требованиями ГОСТа.

***Основные правила оформления и изложения материала:***

– титульный лист реферата оформляется в соответствии с действующими стандартами;

– все источники сопровождаются библиографическим описанием;

– прямое заимствование текста без указания источника в реферате не допускается;

– приводимая цитата из источника берется в кавычки;

– в реферате должна применяться стандартизованная терминология, принятая в научной или технической литературе;

– термины и словосочетания, многократно применяемые в реферате, после первого употребления допускается заменять аббревиатурой и текстовыми сокращениями;

– в реферат допускается включать таблицы, графики, схемы, если они отражают основное содержание работы или сокращают текст реферата;

– названия фирм, учреждений, организаций и предприятий должны именоваться так, как они именуется в источнике.

***Критерии оценки качества реферата преподавателем.***

Подготовленный и оформленный в соответствии с требованиями реферат оценивается преподавателем по следующим критериям:

– достижение поставленной цели и задач исследования;

– уровень эрудированности автора по изученной теме (знание автором состояния изучаемой проблематики, цитирование источников, степень использования в работе результатов исследований);

– личные заслуги автора реферата (новые знания, которые получены помимо образовательной программы, новизна материала и рассмотренной проблемы, научное значение исследуемого вопроса);

– культура письменного изложения материала (логичность подачи материала, грамотность автора);

– культура оформления материалов работы (соответствие реферата всем стандартным требованиям);

– степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);

– использование литературных источников.

***Критерии оценки:***

- оценка **«зачтено»** выставляется студенту, если реферат подготовлен и оформлен в соответствии со всеми стандартными требованиями. Поставленные цели и задачи исследования достигнуты. Уровень эрудированности автора по изученной теме высок. Высокая степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);

- оценка **«не зачтено»**. Отсутствует обоснование актуальности выбранной темы, не сформулированы цели работы и основные вопросы, которые предполагается раскрыть в реферате. Студент не продемонстрировал основательное знание материала, умение самостоятельно разбираться в нем; не систематизированы и творчески не использованы основные идеи источников для раскрытия темы. Студент не смог логично построить содержание, связно и лаконично изложить материал.

**10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

В процессе лекционных и семинарских занятий используется следующее программное обеспечение:

1. Операционная система MicrosoftWindows. Номер лицензии: 46908830 США: Редмонд, штат Вашингтон
2. Офисные приложения MicrosoftOffice 2010 Std Номер лицензии: 48497090 США: Редмонд, штат Вашингтон
3. Система распознавания текста: ABBYY FineReader Идентификационный номер пользователя: 14\*\*\*\*ООО «Аби», 111141, г.Москва, ул.Плеханова, д.15, стр.2
4. Лонгитюд-ЭДК+ Лицензия: 553 ООО «Лонгитюд»
5. IBM SPSS Лицензия: L141224 ЗАО «Прогностические решения»

**11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

- Гимнастический зал - 1
- Ковёр гимнастический – 1 шт.;
- Конь с ручками - 1 шт.;
- Кольца с изменением высоты - 1 шт.
- Конь гимнастический (для опорных прыжков) - 2 шт.
- Козёл гимнастический - 1 шт.
- Брусья параллельные и разной высоты - 2 шт.
- Перекладина низкая и высокая - 2 шт.
- Бревно среднее бревно низкое - 2 шт.
- Маты гимнастические – 15 шт.
- Мостик подкидной - 2 шт.
- Скамейки гимнастические - 4 шт.
- Центр музыкальный - 1 шт.
- Телевизор - 1 шт., компьютер - 1 шт.
- Доска ученическая -1 шт.
- Скакалки, мячи резиновые, обручи – по 20 шт.

### **13. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом индивидуальных психофизических особенностей, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Положение «Об обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в Карачаево-Черкесском государственном университете имени У.Д. Алиева» (Решение Ученого совета протокол № 13 от 1 июля 2015 г.).

#### **Материально-техническая база для реализации программы:**

1. Мультимедийные средства:
  - интерактивные доски «SmartBoarfd», «Toshiba»;
  - экраны проекционные на штативе 280\*120;
  - мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;
2. Презентационное оборудование:
  - радиосистемы AKG, Shure, Quik;
  - видео комплекты Microsoft, Logitech;
  - микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
  - ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

**Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, с видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером. Распределение специализированного оборудования.**

## 12. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

№	Внесенные изменения	Дата ученого совета университета, ученого совета института/факультета на котором были утверждены изменения
1.	Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам и на использование комплектов лицензионного программного обеспечения	Решение ученого совета КЧГУ от 02.07 2020г.
2.	Обновлен договор на использование комплектов лицензионного программного обеспечения: оказание услуг по продлению лицензий на антивирусное программное обеспечение. Kaspersky Endpoint Security (номер лицензии 280E-210210-093403-420-2061). 2021-2023 годы	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
3.	Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам: Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25.03.2021г. (срок действия с 30.03.2021 по 30.03.2022г.) Электронно-библиотечная система «Лань». Договор №СЭБ НВ-294 от 01.12.2020г. Бессрочный.	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
4	Обновлены договоры: 1. На антивирус Касперского. (Договор №56/2023 от 25 января 2023г.). Действует до 03.03.2025г. 2. Договор № 915 ЭБС ООО «Знаниум» от 12.05.2023г. Действует до 15.05.2024г.	Решение ученого совета Протокол №8 от 29.06.2023г.