

Федеральное государственное бюджетное учреждение  
профессиональная образовательная организация  
«БРЯНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)  
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ / А.А.Солонкин

« 30 » августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
(ГИМНАСТИКА)**

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ  
49.02.02 АДАПТИВНАЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Брянск 2023

Программа по дисциплине «  
- ( )» разработана на  
основе федерального государственного образовательного стандарта среднего  
профессионального образования по специальности 49.02.02 Адаптивная  
физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от  
28 августа 2023 г. N 640.

**Разработчики:**

**Кошечкина Ирина Николаевна** – преподаватель цикла практических  
дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР»

**Панина Полина Владимировна** – преподаватель цикла практических  
дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР»

**Шаныкин Евгений Алексеевич** – преподаватель цикла практических  
дисциплин ФГБУ ПОО «БГУОР»


Рассмотрена на заседании **ПЦК дисциплин профессионального цикла**

Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

Председатель ПЦК  Тихонова И.В.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

  
Моисеев А.Н.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 4  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....                 | 6  |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....                   | 13 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....         | 16 |

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ГИМНАСТИКА)»

**1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика)» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.02 физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, 02, 04, 08, ПК 1.1, ПК 1.3, ПК 3.1-3.5.

## 1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

| Код ОК, ПК  | Умения  | Знания   |
|---|---|--|
| ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 08;<br>ВД 1:<br>ПК 1.1;<br>ПК 1.3;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.1- 3.5. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений в гимнастике;</li> <li>- использовать оборудование и инвентарь для занятий базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика) в соответствии с его назначением и особенностями</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности, приемы, способы страховки и само страховки (гимнастика);</li> <li>- методику обучения профессионально значимым двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- методику проведения занятий по базовым и новым</li> </ul> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | эксплуатации;<br>- проводить занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика); | видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);<br>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика). |
|--|--|--|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                 | Объем часов |
|--|-------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 202         |
| в том числе:                                       |             |
| теоретическое обучение                             | 18          |
| практические занятия                               | 184         |
| Промежуточная аттестация                           | Экзамен     |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности (Гимнастика)

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы |
|---|---|-------------|--|
| <b>( ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ )</b>  |   | <b>104</b>  | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4                                   |
| <b>Раздел 1. Основы теории и методики преподавания гимнастики</b>       |   | <b>4</b>    |  |
| Тема 1.1.<br><b>Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина.</b> | <b>Содержание материала:</b><br><i>Техника безопасности на уроках гимнастики (инструктаж).</i><br><i>Определение гимнастики и ее задачи;</i><br><i>Средства гимнастики;</i><br><i>Классификация видов гимнастики;</i><br><i>Контрольная работа.</i>             | <b>2</b>    |  |
| Тема 1.2.<br><b>Терминология гимнастики</b>                             | <b>Содержание материала:</b><br><i>Характеристика гимнастической терминологии.</i><br><i>Правила гимнастической терминологии.</i><br><i>Запись гимнастических упражнений.</i><br><i>Правила записи общеразвивающих упражнений</i><br><i>Контрольная работа.</i> | <b>2</b>    | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.4                          |
| <b>Раздел 2. Основные средства гимнастики</b>                           |   | <b>80</b>   | ОК 01;   |

|  |   |                  |  |
|--|---|------------------|--|
| <p>Тема 2.1.<br/><b>Строевые упражнения</b></p>        | <p><b>Содержание материала:</b><br/> <i>Понятия о строе, условные точки и границы зала.</i><br/> <i>Классификация строевых упражнений: строевые приемы; построения и перестроения; передвижения; размыкания и смыкания. Виды команд. Правила подачи команд при перестроении, размыкании и смыкании.</i><br/> <i>Методы и методические приемы обучения строевым упражнениям.</i><br/> <i>Контрольная работа.</i></p> <p><b>Практические занятия:</b><br/> <i>Освоение основных средств строевых упражнений - построения, строевые приемы, передвижения, перестроения, размыкания и смыкания .</i><br/> <i>Методика проведения строевых упражнений.</i></p> | <p><b>20</b></p> | <p>ОК 02;<br/>ОК 04;<br/>ОК 08;<br/>ВД 3(2):<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.4</p>                        |
| <p>Тема 2.2.<br/><b>Общеразвивающие упражнения</b></p> | <p><b>Содержание материала:</b><br/> <i>Определение и характеристика ОРУ.</i><br/> <i>Классификация ОРУ.</i><br/> <i>Направленность ОРУ. Методы обучения и способы проведения ОРУ.</i><br/> <i>Контрольная работа.</i></p> <p><b>Практические занятия:</b><br/> <i>Освоение основных способов проведения ОРУ - отдельный (обычный), поточный, проходной, с гимнастической палкой.</i><br/> <i>Методика проведения и обучения ОРУ.</i></p>   | <p><b>24</b></p> | <p>ОК 01;<br/>ОК 02;<br/>ОК 04;<br/>ОК 08;<br/>ВД 3(2):<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.3;<br/>ПК 3.4</p> |
| <p>Тема 2.3.<br/><b>Прикладные упражнения</b></p>      | <p><b>Практические занятия:</b><br/> <u><b>Юноши:</b></u> <i>Упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья: на брусках, на перекладине, опорные прыжки, вольные упражнения.</i><br/> <u><b>Девушки:</b></u> <i>Упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья: на брусках разной высоты, на бревне, опорные прыжки, вольные упражнения.</i></p>  | <p><b>36</b></p> | <p>ОК 01;<br/>ОК 02;<br/>ОК 04;<br/>ОК 08;<br/>ВД 3(2):<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.3;<br/>ПК 3.4</p> |
| <p><b>Раздел 3. Формы организации занятий</b></p>      |   | <p><b>20</b></p> | <p>ОК 01;</p>  |



|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
| <b>гимнастикой</b>   |   |           | ОК 02;<br>ВД 1;<br>ПК 1.3<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4  |
| Тема 3.1.<br><b>Урок гимнастики в школе (подготовительная часть урока)</b>                           | <b>Содержание материала:</b><br><i>Задачи подготовительной части урока, основные средства, методические особенности и приемы, дозирование нагрузки.</i><br><b>Практические занятия:</b><br><i>Методика проведения подготовительной части урока в общеобразовательной школе по гимнастике.</i> | <b>18</b> |  |
| <b>Контрольная работа по итогам года. Выполнение зачетных комбинаций на гимнастических снарядах.</b> |   | <b>2</b>  |  |
| <b>(ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ )3 курс</b>  |   | <b>46</b> | ОК 01;<br>ОК 04;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4 |
| <b>Раздел 1. Основы теории и методики преподавания гимнастики</b>                                    |   | <b>6</b>  |  |
| Тема 1.1.<br><b>Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике</b>                             | <b>Содержание материала:</b><br><i>Причины травматизма и способы его предупреждения, требования к местам проведения занятий, страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма, обучение приемам страховки и помощи.</i><br>Контрольная работа.                           | <b>2</b>  |  |
| Тема 1.2.<br><b>Основы техники гимнастических упражнений</b>   | <b>Содержание материала:</b><br>Задачи, характеристика гимнастических упражнений, принципы обучения, этапы обучения гимнастическим упражнениям  | <b>2</b>  | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 1;<br>ПК 1.3<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;  |
| Тема 1.3.<br><b>Основы обучения гимнастическим упражнениям</b>                                       | <b>Содержание материала:</b><br>Задачи, характеристика гимнастических упражнений, принципы обучения, этапы обучения гимнастическим упражнениям<br><b>Практические занятия:</b><br>Обучение упражнениям на гимнастических снарядах.  | <b>2</b>  | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4           |
| <b>Раздел 2. Основные средства гимнастики</b>  |   | <b>10</b> | ОК 01;<br>ОК 04<br>ОК 08;<br>ВД 1;<br>ПК 1.3                           |
| Тема 2.1.<br><b>Общеразвиваю-</b>  | <b>Практические занятия:</b><br><i>Освоение основных способов проведения ОРУ- по точным.</i>  | <b>10</b> |  |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
| щие<br>упражнения,<br>и<br>упражнения<br>гимнастичес<br>кого<br>многоборья   | Методика проведения и обучения<br>ОРУ.<br><b><u>Юноши:</u></b><br>Упражнения на гимнастических<br>снарядах мужского многоборья: на<br>брусках, на перекладине, вольные<br>упражнения, опорные прыжки.<br><b><u>Девушки:</u></b> Упражнения на<br>гимнастических снарядах женского<br>многоборья: на брусках разной<br>высоты, на бревне, опорные<br>прыжки, вольные упражнения.   |           | ВД 3(2);<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4                    |
| <b>Раздел 3. Формы организации занятий<br/>гимнастикой</b>   |   | <b>30</b> | ОК 01;<br>ОК 04;<br>ОК 08;                                  |
| Тема 3.1.<br><b>Урок<br/>гимнастики<br/>в школе.<br/>Упражнения<br/>гимнастичес<br/>кого<br/>многоборья</b>                        | <b>Содержание материала:</b><br>Задачи, общие требования к уроку по<br>гимнастике, виды занятий<br>физическими упражнениями.<br>Подготовительная, основная и<br>заключительная части урока.<br><b>Практические занятия:</b><br>Проведение отдельных частей урока<br>физической культуры по гимнастике.<br>Проведение урока в целом в разных<br>возрастных группах школьников.<br><b><u>Юноши:</u></b> Упражнения на<br>гимнастических снарядах мужского<br>многоборья: на брусках, на<br>перекладине, опорные прыжки,<br>вольные упражнения.<br><b><u>Девушки:</u></b> Упражнения на<br>гимнастических снарядах женского<br>многоборья: на брусках разной<br>высоты, на бревне, опорные<br>прыжки, вольные упражнения.<br>Контрольная работа. | <b>26</b> | ВД 1:<br>ПК 1.3<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4 |
| <b>Контрольная работа по итогам года. Выполнение<br/>зачетных комбинаций на гимнастических<br/>снарядах. Сдача нормативов ОФП.</b> |   | <b>4</b>  |   |
| <b>(ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ) 4 КУРС</b>  |   | <b>52</b> | ОК 01;<br>ОК 08;  |
| <b>Раздел 1. Основы теории и методики<br/>преподавания</b>   |   | <b>8</b>  | ВД 1:<br>ПК 1.3   |
| Тема 1.1<br><b>Оздоровител<br/>ьная</b>  | <b>Содержание материала:</b><br>Проблемы здоровья человека,<br>оздоровительное значение   | <b>2</b>  | ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;                              |

|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
| <b>гимнастика. Гигиеническая гимнастика.</b>                             | двигательной активности для школьников; характеристика оздоровительных видов гимнастики, классификация. Гигиеническая гимнастика.<br>Контрольная работа.  |           | ПК 3.4   |
| Тема 1.2<br><b>Атлетическая гимнастика</b>                               | <b>Содержание материала:</b><br>Определение, средства, задачи, врачебный контроль, методы развития силы.<br>Контрольная работа.   | <b>2</b>  | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4 |
| Тема 1.3<br><b>Ритмическая гимнастика</b>                                | <b>Содержание материала:</b><br>Определение, задачи, формы, урок ритмической гимнастики.<br>Контрольная работа.   | <b>2</b>  | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.4            |
| Тема 1.4<br><b>Стретчинг</b>   | <b>Содержание материала:</b><br>Определение, история возникновения. Виды стретчинга, основные методические рекомендации. Система развития амплитуды движений в суставах тела человека.<br>Контрольная работа.   | <b>2</b>  | ОК 01;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4           |
| <b>Раздел 2. Гимнастика оздоровительной направленности</b>               |   | <b>44</b> | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4 |
| Тема 2.1.<br><b>Оздоровительная гимнастика. Гигиеническая гимнастика</b> | <b>Практические занятия:</b><br>Проведение комплексов упражнений утренней, вводной, вечерней гимнастики для студентов БГУОР.<br><b>Юноши:</b> Упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья: на брусках, на перекладине, опорные прыжки, вольные упражнения.<br><b>Девушки:</b> Упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья: на брусках разной высоты, на бревне, опорные прыжки, вольные упражнения. | <b>10</b> | ОК 01;<br>ОК 08;<br>ВД 3(2):<br>ПК 3.2;<br>ПК 3.3;<br>ПК 3.4 |
| Тема 2.2.<br><b>Атлетическая гимнастика</b>                              | <b>Практические занятия:</b><br>Проведение урока по атлетической гимнастики.<br><b>Юноши:</b> Упражнения на гимнастических снарядах мужского  | <b>12</b> | ОК 01;<br>ОК 04;<br>ОК 08;<br>ВД 1:<br>ПК 1.3                |

|  |   |            |   |
|--|---|------------|---|
|  | <p>многоборья: на брусьях, на перекладине, опорные прыжки, вольные упражнения.</p> <p><b>Девушки:</b> Упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья: на брусьях разной высоты, на бревне, опорные прыжки, вольные упражнения.</p>   |            | <p>ВД 3(2);<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.3;<br/>ПК 3.4</p>  |
| <p>Тема 2.3.<br/><b>Ритмическая гимнастика</b></p> | <p><b>Практические занятия:</b><br/>Проведение урока по ритмической гимнастики.</p> <p><b>Юноши:</b> Упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья: на брусьях, на перекладине, опорные прыжки, вольные упражнения.</p> <p><b>Девушки:</b> Упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья: на брусьях разной высоты, на бревне, опорные прыжки, вольные упражнения.</p>    | <b>10</b>  | <p>ОК 01;<br/>ОК 08;<br/>ВД 1:<br/>ПК 1.3<br/>ВД 3(2):<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.3;<br/>ПК 3.4</p> |
| <p>Тема 2.4.<br/><b>Стретчинг</b></p>              | <p><b>Практические занятия:</b><br/>Проведение комплекса упражнений по стретчингу.</p> <p><b>Юноши:</b> Упражнения на гимнастических снарядах мужского многоборья: на брусьях, на перекладине, опорные прыжки, вольные упражнения.</p> <p><b>Девушки:</b> Упражнения на гимнастических снарядах женского многоборья: на брусьях разной высоты, на бревне, опорные прыжки, вольные упражнения.</p> | <b>10</b>  | <p>ОК 01;<br/>ОК 04;<br/>ОК 08;<br/>ВД 3(2):<br/>ПК 3.2;<br/>ПК 3.3;<br/>ПК 3.4</p>           |
| <b>Демонстрационный экзамен</b>                    |   | <b>2</b>   |   |
| <b>Всего</b>                                       |   | <b>202</b> |   |

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета базовых видов спорта, а также спортивного зала гимнастики.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- АРМ преподавателя,
- набор учебно-методических таблиц, медиатека;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением,
- мультимедиапроектор, сканер, принтер;
- гимнастические снаряды и оборудование:

1. Гимнастические скамейки
2. Конь (для прыжков)
3. Козел
4. Брусья (мужские)
5. Брусья разной высоты (женские)
6. Бревно
7. Перекладина
8. Зеркало (для контроля за выполнением упражнений)
9. Магнитофон
10. Маты гимнастические
11. Мостики (Рейтер)
13. Шведская стенка
14. Инвентарь для индивидуального пользования: скакалки, гантели, набивные мячи и др.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

#### Основные источники:

1. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для вузов / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с.
2. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 173 с.

#### Дополнительные источники:

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 428 с.
2. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для вузов / Т. С. Лисицкая. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 242 с.
3. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. С. Лисицкая. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 242 с.
4. Теория и история физической культуры и спорта в 3 т. Том 1. Игры олимпиад : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. Н. Германов, А. Н. Корольков, И. А. Сабирова, О. И. Кузьмина. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 793 с. (дата обращения: 15.02.2021).
5. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с.
6. Физическая культура : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 599 с.
7. Физическая культура : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с.
8. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 424 с.
9. Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для вузов / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 450 с.

10. Аллянов, Ю. Н. Физическая культура : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Аллянов, И. А. Письменский. — 3-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 493 с.
11. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 160 с.
12. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 254 с.
13. Алхасов, Д. С. Методика обучения предмету «физическая культура» в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 441 с.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения  | Критерии оценки   | Методы оценки   |
|--|---|---|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:  |   |   |
| <p>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика) технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> <p>- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> <p>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> <p>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной</p> | <p>- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика) в соответствии с требованиями;</p> <p>- описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> <p>- перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика).;</p> <p>- описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика).</p> <p>- описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> <p>- описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика).</p> | <p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточно й аттестации</p> |



|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>деятельности (гимнастика);<br/>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика).</p> |  |   |
| <b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</b>   |  |   |
| <p>выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p>                                  | <p>- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика) с учетом требований к технике ;</p> <p>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p> | <p>оценка результатов выполнения практических заданий;</p> <p>тестирование;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> |
| <p>использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p>  | <p>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p>   | <p>промежуточно й аттестации</p>  |
| <p>применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений в плавании;</p>   | <p>- своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</p>   |   |
| <p>использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в</p>  | <p>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия (гимнастика);</p> <p>- применение различных способов организации для рационального</p>   |   |

|   |   |  |
|---|---|--|
| соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;                                  | размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);  |  |
| проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика);</li> <li>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастика).</li> </ul> |  |