

Министерство образования и науки РД

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова»

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 08.01. Гимнастика

индекс и наименование дисциплины

49.02.01.Физическая культура

Специальность

код и наименование укрупненной группы специальностей **49.00.00. Физическая культура спорт**

Дербент 2021г.

РЕКОМЕНДОВАНО К УТВЕРЖДЕНИЮ

научно - методическим советом ГБПОУ
«Дербентский профессионально-
педагогический колледж им Г. Б.
Казиахмедова»

«УТВЕРЖДАЮ»
Зам. директора по УР ГБПОУ РД
«Дербентский профессионально-
педагогический колледж им. Г.Б.
Казиахмедова»



Махмудова Н.Г.

«28» августа 2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП. 08.01. Гимнастика**
разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности **49.02.01.Физическая культура** (углубленной подготовки), входящей в состав укрупненной группы специальностей **49.00.00. Физическая культура и спорт**
- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2021/2022 учебный год

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова»

Разработчики:

- Курбанов А. Г., преподаватель по физической культуре ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г. Б. Казиахмедова» - Отличник образования РД, почетный работник СПО РФ, преподаватель высшей категории.

Рецензент: Курбанов Н. А., руководитель ГМО учителей физической культуры г. Дербент, руководитель МЦТ ГТО в городском округе «г. Дербент»

Рассмотрен на заседании ПЦК физической культуры 26.08.21г

Рекомендована научно-методическим советом ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж» для применения в учебном процессе.

Заключение научно - методического совета № 1 от 28.08.2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.08.01 ГИМНАСТИКА

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалиста среднего звена ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова» в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки учителей физической культуры на базе основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

профессиональный учебный цикл, общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по гимнастике;
- использовать терминологию базовых и новых видов гимнастики;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям изученных базовых и новых видов гимнастики;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами гимнастики в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- историю и этапы развития изученных базовых видов и новых видов гимнастики;
- терминологию изученных базовых и новых видов гимнастики;
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов гимнастики;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по изученным базовым и новым видам гимнастики;
- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов гимнастики;
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах лёгкой атлетики;
- основы судейства по гимнастике;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий гимнастикой, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 459 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 306 часов;

самостоятельной работы обучающегося 153 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 08.01. Гимнастика

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 1

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	459
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	306
в том числе:	
практические занятия	256
теоретические занятия	50
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в том числе: Подготовка доклада, презентации о знаменитых зарубежных гимнастах, гимнастах сборной СССР, России. Составление схемы «Виды гимнастики». Способы образования терминов в гимнастике. Составление конспекта комплекса различных общеразвивающих упражнений. Описание приемов помощи и страховки при выполнении гимнастических упражнений. Составление конспекта комплекса упражнений художественной гимнастики с предметом (по выбору). Подготовка докладов по теме «Значение музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой». Самостоятельная отработка полученных навыков. Выполнение доклада по теме «Организация проведения подготовительной части урока». Подготовка тезисов по теме «Совершенствование вольных упражнений и подготовка к контрольному выполнению». Составление конспекта урока по гимнастике (частей урока) Описание вольных упражнений, используя гимнастическую терминологию. Составление технологических карт (фрагментов технологических карт) занятий и уроков. Использование подвижных игр на занятиях гимнастикой в детских садах и школе. Составление комплекса корригирующей или оздоровительной гимнастики для разных возрастных групп занимающихся (по заданию) Составление сценария гимнастического праздника. Составление картотеки мероприятий для различных возрастных групп населения. Подбор и разработка методических материалов для обучения основным гимнастическим элементам и упражнениям на уроке гимнастики в школе (1 – 11 класс) Составление комплексов общеразвивающих упражнений на скамейках, у гимнастической стенки, комбинированно. Общая и специальная физическая подготовка студентов. Развитие физических качеств, повышение уровня спортивного совершенствования. Составление комплекса аэробики для различных положений. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на различных снарядах (по заданию) Составление комплекса упражнений с предметами и без предметов. Составление индивидуального плана тренировки по общей и специальной физической подготовке.	153
Итоговая аттестация; дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 08.01 Гимнастика

наименование

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Гимнастическая подготовка в системе физического воспитания		95	
Тема 1.1 . История и этапы развития гимнастики.	Содержание учебного материала	4	2
	Место гимнастики в системе физического воспитания. Многообразие средств гимнастики для формирования основ культуры здорового образа жизни. Общие и частные задачи гимнастики. Национальные традиции развития гимнастики. Системы физического воспитания. Развитие гимнастики в СССР, России. Знаменитые спортсмены.		
	Практическое занятие. Изучение содержания физической и гимнастической подготовки в различные исторические периоды.	4	
	Практическое занятие. Изучение достижений знаменитых гимнастов СССР, России.	4	
	Практическое занятие. Изучение достижений гимнастов, именами которых названы гимнастические элементы.	3	
	Самостоятельная работа. Подготовка доклада, презентации о знаменитых зарубежных гимнастах, гимнастах сборной СССР, России.	3	
	Самостоятельная работа. Составление таблицы «Характеристика национальных систем гимнастики».	3	
Тема 1.2. Виды гимнастики и гимнастическая терминология.	Содержание учебного материала	6	2
	Классификация видов гимнастики. Оздоровительные виды гимнастики. Образовательно-развивающие виды гимнастики. Спортивные виды гимнастики. Терминология общеразвивающих упражнений. Терминология вольных упражнений. Терминология упражнений на снарядах. Терминология упражнений художественной гимнастики (с предметом). Значение терминологии. Общие, основные, дополнительные термины.		
	Практическое занятие. Выполнение правил гимнастической терминологии.	3	
	Практическое занятие. Выполнение правил и форм записи гимнастических упражнений.	4	
	Практическое занятие. Составление и проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.	5	
	Практическое занятие. Составление и проведение комплекса общеразвивающих упражнений в движении.	5	
	Практическое занятие. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при проведении занятий. Оказание первой медицинской помощи	4	
	Практическое занятие. Отработка приемов страховки и само страховки на занятиях гимнастикой.	4	
	Практическое занятие. Применение страховки, страховочных приспособлений для улучшения техники упражнений и профилактики травматизма.	4	
	Практическое занятие. Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря.	3	
	Практическое занятие. Осуществление подбора, хранения и мелкий ремонт гимнастического оборудования и инвентаря.	3	
	Практическое занятие. Использование музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой.	2	
	Практическое занятие. Использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности при обучении двигательным действиям.	3	
	Самостоятельная работа. Составление схемы «Виды гимнастики».	3	
	Самостоятельная работа. Способы образования терминов в гимнастике.	3	

	Самостоятельная работа. Составление конспекта комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.	4	
	Самостоятельная работа. Составление конспекта комплекса общеразвивающих упражнений в движении.	4	
	Самостоятельная работа. Описание приемов помощи и страховки при выполнении гимнастических упражнений.	4	
	Самостоятельная работа. Составление конспекта комплекса упражнений художественной гимнастики с предметом (по выбору).	4	
	Самостоятельная работа. Подготовка докладов по теме «Значение музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой».	3	
	Самостоятельная работа. Самостоятельная отработка полученных навыков.	3	
Раздел 2. Формы и методика занятий гимнастикой.		317	
Тема 2.1. Формы занятий гимнастикой.	Содержание учебного материала	9	2
	Урочные формы занятий гимнастикой и их характеристика. Неурочные формы занятий гимнастикой и их характеристика. Понятие урока. Характерные особенности и задачи урока гимнастики. Методика проведения урока гимнастики. Общеразвивающие упражнения, акробатические упражнения, упражнения на снарядах и прикладной гимнастики, прыжки, строевые, вольные упражнения и т.д. на уроках гимнастики. Плотность урока гимнастики. Занятия с детьми, относящимися к СМГ. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинской групп		
	Практическое занятие. Знакомство с методикой проведения урока гимнастики.	3	
	Практическое занятие. Подготовка педагога к проведению урока и разработку документов планирования.	4	
	Практическое занятие. Составление планирования занятий гимнастикой и учебных занятий с элементами гимнастики.	4	
	Практическое занятие. Составление конспекта урока гимнастики.	4	
	Практическое занятие. Составление конспекта урока гимнастики с учащимися подготовительной и специальной медицинской групп..	3	
	Практическое занятие. Совершенствование проведения упражнений различными способами организации учащихся.	3	
	Практическое занятие. Анализ занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности	3	
	Практическое занятие. Выполнение вольных упражнений на 32 счета с г/палкой, г/обручем.	5	
	Практическое занятие. Выполнение вольных упражнений на 32 счета без предметов.	5	
	Практическое занятие. Выполнение вольных упражнений на 48 счётов без предметов.	5	
	Практическое занятие. Выполнение вольных упражнений на 48 счётов с г/палкой, г/обручем.	5	
	Самостоятельная работа. Выполнение доклада по теме «Организация проведения подготовительной части урока».	3	
	Самостоятельная работа. Подготовка тезисов по теме «Совершенствование вольных упражнений и подготовка к контрольному выполнению».	2	
	Самостоятельная работа. Составление конспекта урока по гимнастике.	4	
	Самостоятельная работа. Описание вольных упражнений, используя гимнастическую терминологию.	4	
	Самостоятельная работа. Составление фрагмента конспекта урока (проведение отдельных частей урока).	4	
Тема 2.2. Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами	Содержание учебного материала	4	2
	Виды занятий гимнастикой с дошкольниками. Характеристика средств и методика занятий с дошкольниками. Особенности занятий гимнастикой с учащимися средних общеобразовательных учебных заведений. Особенности занятий гимнастикой с подготовительной и специальной медицинской группами. Внеклассные и внешкольные занятия по гимнастике. Особенности занятий гимнастикой с учащимися средних специальных учебных учреждений.		
	Практическое занятие. Анализ программ физического воспитания в дошкольных образовательных организациях.	4	
	Практическое занятие. Анализ школьных программ физического воспитания.	4	

	Практическое занятие. Анализ программ физического воспитания в организациях профессионального образования.	4	
	Практическое занятие. Проведение занятий гимнастикой с женщинами, лицами старшего и пожилого возраста	3	
	Практическое занятие. Использование гимнастических упражнений в лечебной физической культуре.	4	
	Практическое занятие. Организация спортивно-массовых гимнастических праздников.	4	
	Самостоятельная работа. Составление технологических карт (фрагментов технологических карт) занятий и уроков.	4	
	Самостоятельная работа. Использование подвижных игр на занятиях гимнастикой в детских садах и школе.	4	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса корригирующей или оздоровительной гимнастики для разных возрастных групп занимающихся (по заданию)	3	
	Самостоятельная работа. Составление сценария гимнастического праздника.	3	
	Самостоятельная работа. Составление картотеки мероприятий для различных возрастных групп населения.	3	
Тема 2.2. Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами	Содержание учебного материала	27	
	Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью двигательных упражнений. Классификация строевых упражнений. Строевые приемы. Построения и перестроения. Повороты и передвижения. Размыкания и смыкания. Техника безопасности при выполнении строевых упражнений. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвивающих упражнений. Классификация общеразвивающих упражнений. Конструирование общеразвивающих упражнений. Техника безопасности при выполнении общеразвивающих упражнений. Упражнения на силу. Упражнения на растягивание. Активные и пассивные упражнения. Упражнения на расслабление. Упражнения на осанку. Упражнения на координацию. Упражнения на дыхание. Общеразвивающие упражнения с предметами: упражнения с набивным мячом, упражнения с гимнастической палкой, упражнения с гантелями. Упражнения на гимнастической скамейке. Упражнения на тренажерах. Общеразвивающие упражнения в парах. Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Классификация прикладных упражнений. Ходьба и бег. Упражнения в переползании. Упражнения в метании и ловле. Поднимание и переноска грузов. Техника безопасности при выполнении прикладных упражнений. Характеристика, основные задачи, решаемые с помощью упражнений на снарядах. Классификация упражнений на снарядах. Техника безопасности при выполнении упражнений на снарядах. Характеристика техники выполнения и методики обучения упражнений на гимнастической скамейке. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью прыжков. Классификация прыжков. Техника безопасности при выполнении прыжков. Характеристика техники выполнения и методики обучения упражнений в лазании на гимнастической стенке и гимнастическому канату. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью вольных упражнений. Классификация средств вольных упражнений. Техника безопасности при выполнении вольных упражнений. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью упражнений художественной гимнастики. Классификация упражнений художественной гимнастики. Техника безопасности при выполнении упражнений художественной гимнастики. Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью упражнений аэробики. Техника безопасности при выполнении упражнений аэробики.		2
	Практическое занятие. Методика обучения строевым приемам, построениям и перестроениям.	6	
	Практическое занятие. Методика обучения поворотам и передвижениям.	4	
	Практическое занятие. Методика обучения размыканиям и смыканиям.	4	
	Практическое занятие. Методика обучения и способы проведения общеразвивающих упражнений.	4	
	Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на силу и растягивание.	4	
	Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на расслабление, осанку, координацию и дыхание.	4	
	Практическое занятие. Методика обучения общеразвивающим упражнениям с предметами.	4	

Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на гимнастической скамейке.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на гимнастической стенке.	4	
Практическое занятие. Методика обучения лазанию по канату в два и три приема.	3	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на тренажерах.	3	
Практическое занятие. Методика обучения парным общеразвивающим упражнениям и упражнениям в сцеплении и движении.	4	
Практическое занятие. Методика обучения ходьбе и бегу.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям в равновесии, лазании, перелезании и переползании.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям в метании и ловле, подниманию и переноске грузов.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на перекладине.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на параллельных брусьях.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на кольцах.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на коне с ручками.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на брусьях.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям на бревне.	4	
Практическое занятие. Методика обучения простым (неопорным) прыжкам.	3	
Практическое занятие. Методика обучения опорным прыжкам.	3	
Практическое занятие. Методика обучения акробатическим упражнениям.	4	
Практическое занятие. Методика обучения вольным упражнениям.	4	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям художественной гимнастики.	4	
Практическое занятие. Проведение фрагмента урока с обучением кувырку вперед.	3	
Практическое занятие. Методика обучения упражнениям аэробики.	3	
Самостоятельная работа. Подбор и разработка методических материалов для обучения основным гимнастическим элементам и упражнениям на уроке гимнастики в школе (1 – 11 класс)	3	
Самостоятельная работа. Подготовка конспекта занятия по гимнастике с различными категориями занимающимися.	4	
Самостоятельная работа. Составление комплексов общеразвивающих упражнений на скамейках, у гимнастической стенки, комбинированно.	3	
Самостоятельная работа. Общая физическая подготовка студентов. Развитие физических качеств, повышение уровня спортивного совершенствования.	3	
Самостоятельная работа. Специальная физическая подготовка студентов. Развитие физических качеств, повышение уровня спортивного совершенствования.	4	
Самостоятельная работа. Составление комплекса аэробики в положении стоя.	3	
Самостоятельная работа. Составление комплекса аэробики в партере (в положении сидя и лёжа).	3	
Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на опорном прыжке (по заданию)	3	
Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на бревне (по заданию)	3	
Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на брусьях параллельных (по заданию)	4	
Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на брусьях разной высоты (по заданию)	4	
Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов	4	

	в акробатике (по заданию)		
	Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на кольцах (по заданию)	3	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на коне - махи (по заданию)	3	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на перекладине (по заданию)	3	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса упражнений с обручем.	3	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса упражнений со скакалкой.	3	
	Самостоятельная работа. Составление комплекса упражнений с мячом.	2	
	Самостоятельная работа. Совершенствование строевых композиций.	4	
	Самостоятельная работа. Совершенствование вольных упражнений.	3	
	Самостоятельная работа. Совершенствование вольных упражнений с гимнастической палкой.	3	
Раздел 3. Организация тренировочного процесса и соревнований по гимнастике		47	
Тема 3.1. Значение и организация соревнований	Практическое занятие. Разбор и изучение правил соревнований.	3	
	Практическое занятие. Основные способы проведения соревнований.	4	
	Практическое занятие. Особенности судейства.	3	
	Практическое занятие. Определение ошибок в исполнении и величины сбавки.	4	
	Самостоятельная работа. Планирование соревнований. Составление положения о соревнованиях.	3	
	Самостоятельная работа. Составление таблицы трудности элементов. Выведение окончательной оценки.	3	
	Самостоятельная работа. Организация проведения соревнований среди школьников.	3	
	Самостоятельная работа. Анализ проведения Олимпиады школьников по физической культуре (раздел «Гимнастика»).	3	
Тема 3.2. Планирование спортивной тренировки	Практическое занятие. Основные положения перспективного, годового и текущего планирования.	3	
	Практическое занятие. Планирование контрольных упражнений и нормативов по общей и специальной физической подготовке.	3	
	Практическое занятие. Планирование командной и индивидуальной тренировки.	3	
	Практическое занятие. Особенности и методика развития физических качеств в гимнастике: сила, выносливость.	3	
	Практическое занятие. Особенности и методика развития физических качеств в гимнастике: быстрота, гибкость, ловкость.	3	
	Самостоятельная работа. Составление индивидуального плана тренировки по общей физической подготовке.	3	
	Самостоятельная работа. Составление индивидуального плана тренировки по специальной физической подготовке.	3	
	Всего	459	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета, универсального спортивного зала, открытого стадиона.

Оборудование учебного кабинета:

1. рабочие места по количеству обучающихся;
2. рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
3. комплект учебно-методических материалов;
4. наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
5. технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки.

Оборудование спортивного зала и необходимый инвентарь:

гимнастические снаряды - брусья параллельные, брусья разной высоты, бревно, перекладина, конь-махи, конь, козел, мост подкидной, кольца, гимнастические стенки и скамейки, маты, гантели, гимнастические палки, обручи, скакалки, набивные мячи, мячи, канат.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники (ОИ):

1. Бурухин С.Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие / С.Ф. Бурухин.- М.: Юрайт, 2018
2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст]: учебник / Р.Н. Терехина, Е.С. Крючек, Л.В. Люйк [и др.]; под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной.- М.: Издательский центр «Академия», 2014.- 288 с.
3. Методика преподавания гимнастики в школе. П. К. Петров Учеб. Для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 448с.
4. Художественная гимнастика. Учебное пособие для ин-тов физической культ. Под ред. Л. П. Орлова. М., «Физкультура и спорт», 1973. – 188с.

Дополнительные источники (ДИ):

1. Палыга, В.Т. Гимнастика, М.: Просвещение, 1982 г.
2. Барыкан, А., Шлемин, А.М., Гимнастика, М.: "ФиС", 1979 г
3. Бурухин С.Ф. Гимнастика в школе: учебное пособие. – 2-е изд., дополненное и переработанное. – Ярославль. изд. ЯГПУ, 2006. – 242 с.
4. Бурухин, С.Ф. Методика обучения общеразвивающим упражнениям в подготовительной части уроков гимнастики. Яр. технич. унив., 1997г.
5. Бурухин, С.Ф., Кожухова, В.К., Незнакомова, Е.Ю. Дифференцированный подход обучения основам гимнастических упражнений студентов ФФК педагогического ВУЗа, учебно-методические рекомендации, Ярославль, 1999 г
6. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе, Учебник, М.: 2002, -8. Назаров А.П. Тройной прыжок: научные подходы в подготовке спортсменов. / А.П. Назаров, В.П. Губа, И.Н. Мироненко. – М.:Физкультура и спорт, 2007

Интернет-источники:

1. www.lib.sportedu.ru – центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
2. www.school.edu.ru – Российский общеобразовательный портал.
3. www.fismag.ru – журнал «Физкультура и спорт».
4. pedlib.ru – педагогическая библиотека.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Таблица 3

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Умение планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - организация письменного и устного контроля; - оценка результатов практических занятий
Умение выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
Умение использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка подготовленных докладов, презентаций; - проведение терминологических диктантов
Умение применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений	- анализ результатов своей самостоятельной работы по теме (рефлексия); - контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
Умение обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
Умение подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря	- контроль выполнения самостоятельной работы; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка результатов практических занятий
Умение использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач

Знание истории и этапов развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - оценка результатов практических занятий; - организация письменного и устного опросов
Знание терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - проведение терминологических диктантов; - оценка результатов практических занятий; - организация письменного и устного опросов
Знание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
Знание содержания, форм организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике) в школе	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов сдачи обучающимися нормативов; - оценка результатов практических занятий
Знание методики обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - оценка результатов практических занятий
Знание особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка результатов практических занятий
Знание особенностей организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка результатов практических занятий
Знание основ судейства по базовым видам спорта (гимнастике)	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - организация письменного и устного контроля
Знание разновидностей спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой), особенностей их эксплуатации	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка подготовленных докладов, презентаций; - оценка результатов практических занятий
Знание техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю	- контроль выполнения самостоятельной работы; - анализ и оценка конспектов занятий и мероприятий; - решение обучающимися проблемных задач; - оценка подготовленных докладов, презентаций; - оценка результатов практических занятий

Разработчики:

- Курбанов А. Г., преподаватель по физической культуре ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г. Б. Казиахмедова» - Отличник образования РД, почетный работник СПО РФ, преподаватель высшей категории.

Рецензент: Курбанов Н. А., руководитель ГМО учителей физической культуры г. Дербент, руководитель МЦТ ГТО в городском округе «г. Дербент»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190447

Владелец Сейидов Шарафутдин Гаджиалиевич

Действителен с 15.10.2023 по 14.10.2024