



Государственное профессиональное образовательное
автономное учреждение Ярославской области
Ярославский педагогический колледж

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

**ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-
спортивной деятельности с методикой тренировки:
ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки**

для специальности
49.02.01 Физическая культура

Ярославль, 2018

Рекомендована методическим советом
ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

В.Е. Смирнов
Протокол № _____

Утверждена приказом директора ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа
от 31.08.2018 № 214

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура классов (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 года № 1355)

Организация-разработчик: Государственное профессиональное образовательное автономное учреждение Ярославской области Ярославский педагогический колледж

Разработчик:

(подпись)

Незнамова Е.Ю., преподаватель ГПОАУ ЯО Ярославского педагогического колледжа

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Программа учебной дисциплины может быть использована всеми профессиональными образовательными организациями на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы – программы подготовки специалистов среднего звена по данной специальности и в области дополнительного педагогического образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Общепрофессиональная дисциплина ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки является составной частью профессионального учебного цикла.

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 базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике);
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике);
- использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой) в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.

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

- историю и этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по базовым и

новым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике) в школе;

- методику обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики);
- особенности и методику развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике);
- особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (гимнастике);
- основы судейства по базовым видам спорта (гимнастике);
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности (гимнастикой), особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

Изучение дисциплины ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки способствует формированию у обучающихся следующих общих компетенций: ОК.1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес, ОК.2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество, ОК.3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях, ОК.4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, ОК.5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности, ОК.6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами, ОК.7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса, ОК.8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации, ОК.9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий, ОК.10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей, ОК.11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм, ОК.12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

Изучение дисциплины ОП.08. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки: ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки способствует формированию у обучающихся следующих профессиональных компетенций: ПК.1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия, ПК.1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре, ПК.1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения, ПК.1.4. Анализировать учебные занятия, ПК.1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре, ПК.2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия, ПК.2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия, ПК.2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности, ПК.2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты

деятельности обучающихся, ПК.2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия, ПК.2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности, ПК.3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся, ПК.3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов, ПК.3.3. Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений, ПК.3.4. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 383 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 234 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 149 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	383
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	234
в том числе:	
теоретические занятия	24
лабораторные работы	-
практические занятия	210
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	149
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	149
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета (5, 7 семестры)	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.08.01. Гимнастика с методикой тренировки

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Гимнастическая подготовка в системе физического воспитания			24 ч. – теор., 210 ч. – практ., 149 ч. – сам. раб.	
Тема 1.1. История и этапы развития гимнастики	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Характеристика гимнастики Место гимнастики в системе физического воспитания. Многообразие средств гимнастики для формирования основ культуры здорового образа жизни. Общие и частные задачи гимнастики.		
	2.	Исторический аспект развития систем гимнастики в России и за рубежом Национальные традиции развития гимнастики. Системы физического воспитания. Развитие гимнастики в СССР, России. Знаменитые спортсмены.		2
	Практические занятия		6	
	1.	Изучение содержания физической и гимнастической подготовки в различные исторические периоды.		
	2.	Изучение достижений знаменитых гимнастов СССР, России, г. Ярославля.		
	3.	Изучение достижений гимнастов, именами которых названы гимнастические элементы.		
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	1.	Подготовка доклада, презентации о знаменитых зарубежных гимнастах, гимнастах сборной СССР, России, г. Ярославля.		
	2.	Составление таблицы «Характеристика национальных систем гимнастики».		

Тема 1.2. Виды гимнастики и гимнастическая терминология	Содержание учебного материала:		3	2
	1.	Виды гимнастики и их классификация Классификация видов гимнастики. Оздоровительные виды гимнастики. Образовательно-развивающие виды гимнастики. Спортивные виды гимнастики.		
	2.	Терминология гимнастических упражнений Терминология общеразвивающих упражнений. Терминология вольных упражнений. Терминология упражнений на снарядах. Терминология упражнений художественной гимнастики (с предметом). Значение терминологии. Общие, основные, дополнительные термины.		2
	Практические занятия		30	
	1.	Выполнение правил гимнастической терминологии.		
	2.	Выполнение правил и форм записи гимнастических упражнений.		
	3.	Составление и проведение комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.		
	4.	Составление и проведение комплекса общеразвивающих упражнений в движении.		
	5.	Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при проведении занятий. Оказание первой медицинской помощи.		
	6.	Отработка приемов страховки и само страховки на занятиях гимнастикой.		
	7.	Применение страховки, страховочных приспособлений для улучшения техники упражнений и профилактики травматизма.		
	8.	Разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря.		
	9.	Осуществление подбора, хранения и мелкий ремонт гимнастического оборудования и инвентаря.		
	10.	Использование музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой.		
	11.	Использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности при обучении двигательным действиям.		
	Самостоятельная работа обучающихся		22	
	1.	Составление схемы «Виды гимнастики».		

	2.	Характеристика требований, предъявляемых к терминологии.		
	3.	Способы образования терминов в гимнастике.		
	4.	Составление конспекта комплекса общеразвивающих упражнений без предметов.		
	5.	Составление конспекта комплекса общеразвивающих упражнений в движении.		
	6.	Описание приемов помощи и страховки при выполнении гимнастических упражнений.		
	7.	Составление конспекта комплекса упражнений художественной гимнастики с предметом (по выбору).		
	8.	Подготовка докладов по теме «Значение музыкального сопровождения на занятиях гимнастикой».		
	9.	Самостоятельная отработка полученных навыков.		
Раздел 2. Формы и методика занятий гимнастикой				
Тема 2.1. Формы занятий гимнастикой	Содержание учебного материала		3	2
	1.	Характеристика основных форм занятий гимнастикой Урочные формы занятий гимнастикой и их характеристика. Неурочные формы занятий гимнастикой и их характеристика.		
	2.	Урок как основная форма организации занятий 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.		2
	Практические занятия		20	
	1.	Знакомство с методикой проведения урока гимнастики.		
	2.	Подготовка педагога к проведению урока и разработка документов планирования.		

	3.	Составление планирования занятий гимнастикой и учебных занятий с элементами гимнастики.		
	4.	Составление конспекта урока гимнастики.		
	5.	Совершенствование проведения упражнений различными способами организации учащихся.		
	6.	Анализ занятий по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности		
	7.	Выполнение вольных упражнений на 48 счётов.		
	Самостоятельная работа обучающихся		14	
	1.	Выполнение доклада по теме «Организация проведения подготовительной части урока».		
	2.	Подготовка тезисов по теме «Совершенствование вольных упражнений и подготовка к контрольному выполнению».		
	3.	Составление конспекта урока по гимнастике.		
	4.	Описание вольных упражнений, используя гимнастическую терминологию.		
	5.	Составление фрагмента конспекта урока (проведение отдельных частей урока).		
Тема 2.2. Особенности занятий гимнастикой с разными возрастными и целевыми группами	Содержание учебного материала		2	
	1.	Занятия гимнастикой в дошкольной образовательной организации, школе, организациях общего и профессионального образования 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.		
	Практические занятия		15	
	1.	Анализ программ физического воспитания в дошкольных образовательных организациях.		
	2.	Анализ школьных программ физического воспитания.		
	3.	Анализ программ физического воспитания в организациях профессионального образования.		

	4.	Проведение занятий гимнастикой с женщинами, лицами старшего и пожилого возраста		
	5.	Использование гимнастических упражнений в лечебной физической культуре.		
	6.	Организация спортивно-массовых гимнастических праздников.		
	Самостоятельная работа обучающихся		15	
	1.	Составление технологических карт (фрагментов технологических карт) занятий и уроков.		
	2.	Использование подвижных игр на занятиях гимнастикой в детских садах и школе.		
	3.	Составление комплекса корригирующей или оздоровительной гимнастики для разных возрастных групп занимающихся (по заданию)		
	4.	Составление сценария гимнастического праздника.		
	5.	Составление картотеки мероприятий для различных возрастных групп населения.		
Тема 2.3. Техника профессионально-значимых двигательных действий в гимнастике и методика обучения этим действиям	Содержание учебного материала		14	2
	1.	Строевые упражнения и их характеристика 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.		
	2.	Общеразвивающие упражнения Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью общеразвивающих упражнений. Классификация общеразвивающих упражнений. Конструирование общеразвивающих упражнений. Техника безопасности при выполнении общеразвивающих упражнений.		2

	3.	Способы регулирования нагрузки 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 гимнастической стенке. Упражнения на тренажерах. Общеразвивающие упражнения в парах. Упражнения в сцеплении и движении.		2
	4.	Прикладные упражнения Характеристика и основные задачи прикладных упражнений. Классификация прикладных упражнений. Ходьба и бег. Упражнения в равновесии. Лазание и перелезание. Упражнения в переползании. Упражнения в метании и ловле. Поднимание и переноска грузов. Техника безопасности при выполнении прикладных упражнений.		2
	5.	Упражнения на гимнастических снарядах Характеристика, основные задачи, решаемые с помощью упражнений на снарядах. Классификация упражнений на снарядах. Техника безопасности при выполнении упражнений на снарядах.		2
	6.	Прыжки Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью прыжков. Классификация прыжков. Техника безопасности при выполнении прыжков.		2
	7.	Акробатические упражнения Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью акробатических упражнений. Классификация акробатических упражнений. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений.		2
	8.	Вольные упражнения Характеристика и основные задачи, решаемые с помощью вольных упражнений. Классификация средств вольных упражнений. Техника безопасности при выполнении вольных упражнений.		2

	9.	Упражнения художественной гимнастики и аэробики 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
	Практические занятия		100	
	1.	Методика обучения строевым приемам, построениям и перестроениям.		
	2.	Методика обучения поворотам и передвижениям.		
	3.	Методика обучения размыканиям и смыканиям.		
	4.	Методика обучения и способы проведения общеразвивающих упражнений.		
	5.	Методика обучения упражнениям на силу и растягивание.		
	6.	Методика обучения упражнениям на расслабление, осанку, координацию и дыхание.		
	7.	Методика обучения общеразвивающим упражнениям с предметами.		
	8.	Методика обучения упражнениям на гимнастической скамейке и стенке.		
	9.	Методика обучения упражнениям на тренажерах.		
	10.	Методика обучения парным общеразвивающим упражнениям и упражнениям в сцеплении и движении.		
	11.	Методика обучения ходьбе и бегу.		
	12.	Методика обучения упражнениям в равновесии, лазании, перелезании и переползании.		
	13.	Методика обучения упражнениям в метании и ловле, подниманию и переноске грузов.		
	14.	Методика обучения упражнениям на перекладине.		
	15.	Методика обучения упражнениям на параллельных брусьях.		
	16.	Методика обучения упражнениям на кольцах.		
	17.	Методика обучения упражнениям на коне с ручками.		
	18.	Методика обучения упражнениям на брусьях.		
	19.	Методика обучения упражнениям на бревне.		

	20.	Методика обучения простым (неопорным) прыжкам.		
	21.	Методика обучения опорным прыжкам.		
	22.	Методика обучения акробатическим упражнениям.		
	23.	Методика обучения вольным упражнениям.		
	24.	Методика обучения упражнениям художественной гимнастики.		
	25.	Проведение фрагмента урока с обучением кувырку вперед.		
	26.	Методика обучения упражнениям аэробики.		
	Самостоятельная работа обучающихся		57	
	1.	Подбор и разработка методических материалов для обучения основным гимнастическим элементам и упражнениям на уроке гимнастики в школе (1 – 11 класс)		
	2.	Подготовка конспекта занятия по гимнастике с различными категориями занимающимися.		
	3.	Составление комплексов общеразвивающих упражнений на скамейках, у гимнастической стенки, комбинированно.		
	4.	Общая физическая подготовка студентов. Развитие физических качеств, повышение уровня спортивного совершенствования.		
	5.	Специальная физическая подготовка студентов. Развитие физических качеств, повышение уровня спортивного совершенствования.		
	6.	Составление комплекса аэробики в положении стоя.		
	7.	Составление комплекса аэробики в партере (в положении сидя и лёжа).		
	8.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на опорном прыжке (по заданию)		
	9.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на бревне (по заданию)		
	10.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на брусьях параллельных (по заданию)		
	11.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на брусьях разной высоты (по заданию)		

	12.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов в акробатике (по заданию)		
	13.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на кольцах (по заданию)		
	14.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на коне - махи (по заданию)		
	15.	Составление комплекса подготовительных и подводящих упражнений к изучению элементов на перекладине (по заданию)		
	16.	Составление комплекса упражнений с обручем.		
	17.	Составление комплекса упражнений со скакалкой.		
	18.	Составление комплекса упражнений с мячом.		
	19.	Совершенствование строевых композиций.		
	20.	Совершенствование вольных упражнений.		
	21.	Совершенствование вольных упражнений с гимнастической палкой.		
Раздел 3. Организация тренировочного процесса и соревнований по гимнастике				
3.1. Значение и организация соревнований	Практические занятия		10	
	1.	Разбор и изучение правил соревнований.		
	2.	Основные способы проведения соревнований.		
	3.	Особенности судейства.		
	4.	Определение ошибок в исполнении и величины сбавки.		
	Самостоятельная работа обучающихся		8	
	1.	Планирование соревнований. Составление положения о соревнованиях.		
	2.	Составление таблицы трудности элементов. Выведение окончательной оценки.		
	3.	Организация проведения соревнований среди школьников.		

	4.	Анализ проведения Олимпиады школьников по физической культуре (раздел «Гимнастика»)		
Тема 3.2. Планирование спортивной тренировки	Практические занятия		14	
	1.	Основные положения перспективного, годового и текущего планирования.		
	2.	Планирование контрольных упражнений и нормативов по общей и специальной физической подготовке.		
	3.	Планирование командной и индивидуальной тренировки.		
	4.	Особенности и методика развития физических качеств в гимнастике: сила, выносливость.		
	5.	Особенности и методика развития физических качеств в гимнастике: быстрота, гибкость, ловкость.		
	Самостоятельная работа обучающихся		8	
	1.	Составление индивидуального плана тренировки по общей физической подготовке.		
	2.	Составление индивидуального плана тренировки по специальной физической подготовке.		
ВСЕГО:			383	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Методика физического воспитания», универсального спортивного зала, открытого стадиона.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
- комплект учебно-методических материалов;
- наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
- 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, фитболы, степ-платформы.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

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.

Дополнительные источники:

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 ВУ-За, учебно-методические рекомендации, Ярославль, 1999 г.
6. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе, Учебник, М.: 2002, - 421 с.

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.

Профессиональные журналы:

1. Физическая культура в школе [Текст]: научно-методический журнал. - М.: ООО «Школьная пресса» - Выходит 8 раз в год.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий (в том числе, семинарских), а также выполнения обучающимися индивидуальных и групповых заданий.

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, пре-

	зентаций; - 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

Разработчик:

Место работы	Должность	Ф.И.О.
ГПОАУ ЯО Ярославский педагогический колледж	преподаватель	Е.Ю. Незнакова

