



Факультет	Физической культуры	
Кафедра	Теории и методики физической культуры и спортивных дисциплин	
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование	
Направленность (профиль)	Физическая культура	
Методика обучения гимнастике		Б1.В.17

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого»

УТВЕРЖДЕНА
на заседании Ученого совета университета
протокол № 8 от «31» августа 2017 г.

Рабочая программа дисциплины «Методика обучения гимнастике»

Трудоемкость: 4 зачетные единицы

Квалификация выпускника: Бакалавр

Форма обучения: очная

Год начала подготовки: 2015

Заведующий кафедрой

О.Б. Серёгина

Декан

А.Ю. Фролов

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	3
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	3
2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата	4
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	4
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий.....	4
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	6
6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....	6
6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы	6
6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	7
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы	8
7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций.....	11
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	11
7.1. Основная литература	11
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.....	12
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	13
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	14
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	15
12. Аннотация рабочей программы дисциплины.....	16
13. Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины.....	17

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ,
СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Планируемые результаты освоения образовательной программы (код и название компетенции)	Планируемые результаты обучения	Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы
владеет основами профессиональной этики и речевой культуры (ОПК-5)	<p>Выпускник знает: терминологию гимнастики</p> <p>Умеет: проводить занятия, используя профессиональный язык гимнастики</p> <p>Владеет: основами профессиональной этики и речевой культуры</p>	в соответствии с учебным планом
готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);	<p>Выпускник знает: содержание образовательной программы по гимнастике в соответствии с требованиями образовательных стандартов;</p> <p>Умеет: применять полученные знания на практике в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p> <p>Владеет: навыками использования средств гимнастики для реализации образовательной программы в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p>	в соответствии с учебным планом
способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4)	<p>Выпускник знает: особенности использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения</p> <p>Умеет: использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения</p> <p>Владеет: навыками использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения</p>	в соответствии с учебным планом

способность обучать организации различных видов физкультурно-спортивной деятельности и использованию их средств и форм в дополнительном образовании (ДПК 1)

Выпускник знает: особенности использования возможности образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики
Умеет: использовать возможности образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики
Владеет: навыками использования возможности образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики

в соответствии с учебным планом и планируемыми результатами освоения ОПОП

Достижение планируемых результатов обучения, соотнесенных с общими целями и задачами ОПОП, является целью освоения дисциплины «Методика обучения гимнастике».

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП БАКАЛАВРИАТА

Дисциплина «Методика обучения гимнастике» относится к обязательным дисциплинам вариативной части. Изучение дисциплины базируется на дисциплине: «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Физическая культура», «Гимнастика».

К началу изучения данной дисциплины студент должен владеть объемом знаний, умений и навыков по предметам «Физическая культура», «Гимнастика», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Освоение данной дисциплины необходимо для качественной подготовки студентов ФФК к будущей профессиональной деятельности.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Объем часов/ зачетных единиц по формам обучения
	очная
Максимальная учебная нагрузка (всего)	144/4
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	44
в том числе:	
лекции с применением мультимедийных технологий	6
практические занятия	36
контрольные работы	2
Самостоятельная работа студента (всего)	64
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа при подготовке к лабораторным занятиям	28
Подготовка к экзамену	36
Промежуточная аттестация в форме:	экзамена

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

Очная форма обучения

Наименование тем (разделов).	Количество академических или астрономических часов
Тула	Страница 4 из 18

Методика обучения гимнастике		Б1.В.17		
	ских часов по видам учебных занятий			
	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Другие виды учебных занятий	Самостоятельная работа обучающихся
Раздел 1. Методика обучения упражнениям общей гимнастики	4			
Тема 1.1. Методика обучения опорным прыжкам		4		2
Тема 1.2. Методика обучения акробатическим упражнениям		4		2
Тема 1.3. Методика обучения упражнениям на перекладине		2		2
Тема 1.4. Методика обучения упражнениям на брусьях		4		2
Тема 1.5. Методика обучения упражнениям на брусьях р/в		4		2
Тема 1.6. Методика обучения упражнениям на бревне		2		2
Раздел 2. Методика проведения урока по гимнастике	2			
Тема 2.1. Особенности проведения подготовительной части урока		4		4
Тема 2.2. Особенности проведения основной части урока		8		8
Тема 2.3. Особенности проведения заключительной части урока		4		4
Контрольная работа			2	
Подготовка к экзамену				36
ИТОГО: 144 часов	6	36	2	64
<p>Раздел 1. Методика обучения упражнениям общей гимнастики.</p> <p>Тема 1.1. Методика обучения опорным прыжкам Содержание темы: Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) опорным прыжкам.</p> <p>Тема 1.2. Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) акробатическим упражнениям:</p> <p>Тема 1.3. Методика обучения упражнениям на перекладине Содержание темы: Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) упражнениям на перекладине:</p> <p>Тема 1.4. Методика обучения упражнениям на брусьях Содержание темы: Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) упражнениям на брусьях:</p> <p>Тема 1.5. Методика обучения упражнениям на брусьях р/в Содержание темы: Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) упражнениям на брусьях р/в:</p> <p>Тема 1.6. Методика обучения упражнениям на бревне Содержание темы: Методика обучения (подводящие упражнения, страховки и помощь, ошибки) упражнениям на бревне:</p> <p>Раздел 2. Методика проведения урока по гимнастике</p> <p>Тема 2.1. Особенности проведения подготовительной части урока Содержание темы: Методика проведения строевых и общеразвивающих упражнений.</p> <p>Тема 2.2. Особенности проведения основной части урока Содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фронтальный способ организации занимающихся - круговой способ организации занимающихся - соревновательный способ организации занимающихся - игровой способ организации занимающихся <p>Тема 2.3. Особенности проведения заключительной части урока Содержание темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игры на внимание 				
Тула		Страница 5 из 18		

- упражнения на восстановление

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Полякова И.В., Морозов В.Н. Гимнастика с методикой преподавания: электр. учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов факультета физической культуры. – Тула: ТГПУ им. Л.Н. Толстого, 2013. – 125с. Электрон.текст.дан. – 1 электрон. оптич. диск (CD-ROM). - № рег. свид. ФГУП НТЦ «Информрегистр» № 032-1300794 от 01.03.2013

2. Полякова И.В., Морозов В.Н. Средства гимнастики: учебное пособие для самостоятельной работы студентов факультета физической культуры. – 2-е изд., доп. - Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2015. – 45с.

Учебная работа по дисциплине «Методика обучения гимнастике» осуществляется в форме лекций, лабораторных занятий, самостоятельной работы.

Студенты самостоятельно изучают рекомендованную литературу, выполняют домашние задания в виде индивидуальных заданий.

Проверка знаний студентов проводится в течение всего периода обучения и изучения дисциплины. Оценка успеваемости определяется на основании данных текущей успеваемости и сдачи экзамена.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1);

способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета (ПК-4);

владеет основами профессиональной этики и речевой культуры (ОПК-5);

способность обучать организации различных видов физкультурно-спортивной деятельности и использованию их средств и форм в дополнительном образовании (ДПК-1)

6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Дескриптор компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания
Знания	<ul style="list-style-type: none"> – терминологии гимнастики; – содержания образовательной программы по гимнастике в соответствии с требованиями образовательных стандартов; – особенности использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики 	<p>Отметка "отлично" выставляется, если в целом по дисциплине студент набрал от 81 до 100 баллов (с учетом баллов, набранных за посещение занятий, выполнение заданий в рабочей тетради, устный опрос на занятии семинарского типа, контрольную работу, разработку проекта и экзамен) в соответствии с представленной ниже балльно-рейтинговой оценкой.</p> <p>Отметка "хорошо" выставляется, если студент набрал от 61 до 80 баллов.</p> <p>Отметка "удовлетворительно" выставляется, если студент набрал от 41 до 60 баллов.</p> <p>Отметка "неудовлетворительно" выставляется, если студент набрал менее 41 балла.</p>
Умения	<ul style="list-style-type: none"> – проведения занятий, используя профессиональный язык гимнастики; – применения полученных знаний на практике в соответствии с требованиями образовательных стандартов; – использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики 	
Навыки и (или) опыт деятельности	<ul style="list-style-type: none"> – профессиональной этики и речевой культуры – использования средств гимнастики для реализации образовательной программы в соответствии с требованиями образовательных стандартов – использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики 	

6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

по дисциплине «Методика обучения гимнастике»

1. Гимнастика как средство физического воспитания (задачи, средства, виды, методические особенности).
2. Методические особенности гимнастики.
3. Музыкальное сопровождение в гимнастике
4. Характеристика основной гимнастики: задачи, средства, особенности
5. Образовательно - развивающие виды гимнастики: основная, атлетическая, профессионально-прикладная, спортивно-прикладная, военно-прикладная.
6. Характеристика гигиенической гимнастики: задачи, средства, сфера применения.
7. Характеристика женской гимнастики (задачи, средства, особенности).
8. Характеристика спортивных видов гимнастики (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика, прыжки на батуте).
9. Характеристика атлетической гимнастики (задачи, средства, особенности организации занятий).
10. Характеристика ритмической гимнастики (задачи, средства, особенности организации занятий).
11. Характеристика строевых упражнений (определение, классификация, задачи, сфера применения, требования к проведению и обучению).
12. Характеристика общеразвивающих упражнений (определение, классификация, задачи, сфера применения, требования к проведению и обучению).
13. Физиологическое обоснование общеразвивающих упражнений.
14. Связь упражнения с музыкальным содержанием.
15. Упражнения с предметами - их роль в развитии координации.
16. Способы проведения ОРУ.
17. Методика составления комплекса ОРУ.
18. Регулирование темпа проведения ОРУ как основа развития координации и осанки.
19. Характеристика прикладных упражнений.
20. Характеристика упражнений на гимнастических снарядах (определение, классификация, задачи, сфера применения, требования к обучению).
21. Характеристика вольных упражнений (определение, классификация, задачи, сфера применения).
22. Характеристика акробатических упражнений (определение, классификация, задачи, сфера применения)
23. Характеристика прыжков в гимнастике (определение, классификация, задачи, сфера применения, требования к проведению и обучению).
24. Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.
25. Страховка и помощь в гимнастике: определение, классификация, требования предъявляемые к ней.
26. Значение терминологии в гимнастике и требования предъявляемые к ней.
27. Правила и формы записи гимнастических упражнений.
28. Способы образования терминов.
29. Значение и классификация соревнований по гимнастике.
30. Положение о соревнованиях по гимнастике (структура, особенности).
31. Особенности организации массовых соревнований по гимнастике: участники, сроки, программа, условия зачета, награждение.
32. Расценка упражнений в обязательных упражнениях. Условия зачета в соревнованиях по

- гимнастике (количество участников, коэффициенты судейства).
33. Группы трудности. Формула сложности.
 34. Музыкальное оформление и подбор упражнений в показательных гимнастических выступлениях (требования к музыкальному произведению и упражнениям).
 35. Методика составления плана сценария показательного гимнастического выступления
 36. Особенности занятий гимнастикой с детьми разного возраста.
 37. Учет учебной работы в гимнастике (значение, виды).
 38. Внеклассная работа по гимнастике.
 39. Методы и приемы обучения в гимнастике (перечислить, дать определение, привести примеры).
 40. Условия сохранения равновесия (перечислить, привести примеры).
 41. Динамика гимнастических упражнений.
 42. Кинематика гимнастических упражнений.
 43. Гимнастика как учебная и научная дисциплина.
 44. Формы организации занятий гимнастикой (урочная, неурочная).
 45. Структура процесса обучения гимнастическим упражнениям: этапы овладения гимнастическим упражнением.
 46. Урок гимнастики – как основная форма занятий гимнастикой: структура, задачи по частям, содержание по частям, требования к учителю, требования к уроку.
 47. Оценка успеваемости на уроках гимнастики.
 48. Плотность урока по гимнастике и способы ее регулирования.
 49. Способы организации занятий по гимнастике (фронтальный, сменно-групповой круговой, соревновательный и игровой).
 50. Требования к проведению урока по гимнастике
 51. Методика обучения подъему в упор на брусьях разной высоты.
 52. Методика обучения перемахам одной ногой вперед и назад на низкой перекладине или нижней жерди брусьев разной высоты.
 53. Методика обучения стойке на руках в акробатике.
 54. Методика обучения кувыркам вперед и назад в группировке
 55. Методика обучения стойке на голове и руках акробатике.
 56. Методика обучения прыжку согнув ноги через козла в длину.
 57. Методика обучения стойке на лопатках в акробатике
 58. Методика обучения кувырку назад прогнувшись через плечо
 59. Методика обучения лазанию по канату в два или три приема (по выбору студента).
 60. Методика обучения соскоку махом вперед на кольцах.
 61. Методика обучения соскоку махом назад или вперед на параллельных брусьях (по выбору студента).
 62. Методика обучения вскоку с перемахом в сед ноги врозь поперек на бревне.
 63. Методика обучения круговому соскоку углом на брусьях разной высоты.
 64. Методика обучения висам на кольцах (согнувшись, прогнувшись).
 65. Методика обучения равновесиям и поворотам на двух ногах на бревне.
 66. Методика обучения подъему переворотом на перекладине или брусьях разной высоты.
 67. Методика обучения оборотам в упоре на перекладине: вперед или назад, в упоре или ноги врозь (по выбору студента).
 68. Методика обучения спадку назад на брусьях разной высоты.
 69. Методика обучения спадам и опусканиям на кольцах.
 70. Методика обучения подъему силой на кольцах.
 71. Методика обучения перевороту в сторону (колесо).

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

1. Гимнастика - это

А. система физических упражнений

Б. комплекс физических упражнений

- В.методика проведения различных занятий
 Г.одна из систем физического воспитания
- 2.Средства гимнастики - это
 А.физические упражнения
 Б.теория и методик обучения и воспитания
 В.гигиенические факторы
 Г.все перечисленное
- 3.Что относится к методическим особенностям гимнастики
 А.музыкальное сопровождение
 Б.аналитически характер упражнений и возможность избирательного воздействия на организм
- В.строгая регламентация действий во времени, пространстве и динамике
 Г.все перечисленное
- 5.Терминология гимнастики - это
 А.профессиональный язык
 Б.специальный раздел лексики
 В.язык принятый в физической культуре
 Г.краткие и доступные слова
 Д.слова принятые в гимнастике
- 6.Сколько форм записи гимнастических упражнений
 А.четыре
 Б.три
 В.пять
 Г.две
- 7.Найдите правильную и точную запись опорного прыжка
 А.прыжок через козла ноги врозь
 Б.прыжок ноги врозь через козла
 В.прыжок через козла в ширину ноги врозь
 Г.прыжок ноги врозь через козла в ширину
 Д.прыжок через козла в ширину ноги врозь
- 8.Что такое общеразвивающие упражнения
 А.простые действия
 Б.многообразные действия
 В.движения различными частями тела в различных направлениях, с различной скоростью и амплитудой
 Г.упражнения оказывающие на организм общеразвивающее воздействие
 Д.комплексы различных упражнений
- 9.Найдите наиболее правильное определение строевых упражнений
 А.действия занимающихся на занятиях
 Б.действия связанные с организацией занимающихся
 В.совместные или одиночные действия занимающихся в строю
 Г.совместные или одиночные действия занимающихся в строю определенном Уставом ВС
- 10.Какие требования предъявляются к проведению строевых и общеразвивающих упражнений
 А.показ и рассказ должны быть одновременными
 Б.показ должен быть образцовым, а по необходимости и зеркальным
 В.методические указания не должны нарушать темпа проведения упражнений и подаваться в случае возникновения ошибок
 Г.название частей тела должно идти снизу вверх все вместе
- 11.Что такое упражнения на гимнастических снарядах
 А.это упражнения на особых конструкциях
 Б.движения тела в условиях конструкции снарядов

В.движения тела в различных плоскостях в условиях конструкции снарядов

Г.упражнения силового и махового характера

12.Найдите правильную классификацию упражнений на снарядах

А.маховые и силовые упражнения

Б.динамические и статические

В.большим махом, разгибом, оборотом из упоров

Г.большим махом, разгибом, оборотом из упоров, динамические и статические

13.Акробатические упражнения - это

А.движение различными частями тела в различных направлениях

Б.вращение тела в различных плоскостях

В.вращение различными частями тела в различных направлениях

Г.вращение тела в различных плоскостях на ковре, акробатической дорожке или в парах, тройках*

14.Что такое прямые прыжки

А.прыжки выполняемые с прямого разбега

Б.прыжки выполняемые прямо без поворотов

В.прыжки выполняемые с прохождением над снарядом только лицом к снаряду

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

1. *Посещение занятий.* В учебном плане по дисциплине «Методика обучения гимнастике» предусмотрено 6 часов *лекций*, 36 часов *практических занятий*. 100%-ное их посещение студентом оценивается в **21 балл**.

2. *Качество самостоятельной работы.*

Критериями оценивания работы студента являются:

- Проведение урока по гимнастике по заданию преподавателя -**1-20 б.**
- Подготовка конспекта урока по гимнастике – **1-15 б.**
- Тест – **1-14 б.**

Максимальное количество баллов на экзамене - **30б.**

Максимальное количество баллов, набранное студентом на дисциплине - **100 баллов.**

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Основная литература

1. Земсков, Е.А. Гимнастика: типология уроков физической культуры в школе [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Физическая культура, 2008. — 192 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/9143>.

2. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон. дан. — Москва : Владос, 2014. — 447 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/96453>.

7.2. Дополнительная литература

1. Гимнастика: Учебник для студ.вузов/Под ред М.Л. Журавина, Н.К.Меньшикова.-7-изд.,стер.-М:Академия, 2010.-448с

2. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. —3-е изд., перераб. и доп. — М. : КНОРУС, 2013. — 312 с. — (Бакалавриат).ISBN 978-5-406-02356-

3. Гимнастика: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/ Журавин М.Л., Загрядская О.В. и др.; Под ред. Журавина М.Л., Меньшикова Н.К.-3-е изд., стер.-М.:Изд-кий центр «Академия»,2005.

4. Морозов В. Н. «Методика обучения гимнастическим упражнениям школьной программы», Учебное пособие для самостоятельной работы студентов ФФК/ Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2002 г.
5. Морозов В.Н. Шестакова Т.А. Борисова В.В. «Терминология гимнастики» Учебное пособие для самостоятельной работы студентов ФФК/ Тула: Изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н. Толстого, 2006 г.
6. Петров П.К. «Методика преподавания гимнастики в школе». М.: Изд-во «ВЛАДОС», 2003г.
7. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: [Текст] /уч.пособие – М.: Издат.центр «Академия», 2004
8. Воропаев, В. Краткий курс гимнастики: [Текст] / Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений Воропаев, В.- Советский спорт, 2007.- 72 с.
9. Гавердовский, Ю.К. Техника гимнастических упражнений: учебное пособие [Текст] / Гавердовский, Ю.К.- Терра-Спорт.- 2002.-208 с.
10. Мартин, П. Спортивная гимнастика: (Техника, Гимнастические снаряды. Упражнения. Снаряды.) [Текст] /: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений Мартин, П.- АСТ. 2004.

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

– Электронно-библиотечная система «*Университетская библиотека онлайн*» – база данных электронных версий учебников, учебных пособий, научных изданий, словарей, энциклопедий, интерактивных тестов по перечню направлений подготовки высшего образования. Правообладатель: ООО «Некс-Медиа». Неограниченный доступ. <http://biblioclub.ru>.

– Электронно-библиотечная система «*Лань*» - электронные учебные, научные издания, справочники по инженерно-техническим наукам, химии, информатике, физике, психологии и педагогике, нанотехнологии, ветеринарии и сельскому хозяйству, лесному хозяйству и лесоинженерному делу. Бесплатный доступ к следующим коллекциям издательства «Лань»: география, искусствоведение, право и юридические науки, социально-гуманитарные науки, языковедение и литературоведение, художественная литература, экономика, менеджмент, музыка и театр. Правообладатель: ООО «Издательство Лань» Неограниченный доступ. <http://e.lanbook.com/>

– Электронно-библиотечная система «*Национальный цифровой ресурс «Руконт*»» – учебники, учебная и научная литература по различным отраслям знаний. На ресурсе представлена коллекция трудов преподавателей ТГПУ им. Л. Н. Толстого. Правообладатель: ОАО «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ». Неограниченный доступ. <http://www.rucont.ru>

– Электронно-библиотечная система ЭБС «*ЮРАЙТ*» – более 4000 наименований учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям. Правообладатель: ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». Неограниченный доступ. <http://www.biblio-online.ru>

Доступ к электронным журналам:

– Универсальные справочно-информационные полнотекстовые базы данных на платформе «*Ист Вью*» – электронные версии журналов по общественным и гуманитарным наукам, журналы по педагогике и по естественным направлениям. Правообладатель: ООО «ИВИС». Неограниченный доступ. <http://www.ebiblioteka.ru>

– Электронно-библиотечная система «*Лань*» - постоянный и бесплатный доступ к 500 научным журналам, издаваемым высшими учебными заведениями России. Правообладатель: ООО «Издательство Лань». Неограниченный доступ. <http://e.lanbook.com/journal/>

– Научная электронная библиотека «*eLIBRARY.RU*» – доступ к 3347 российским журналам. Правообладатель: ООО «РУНЕБ». Неограниченный доступ. <http://www.elibrary.ru>

– Научная электронная библиотека «*КИБЕРЛЕНИНКА*» – научная электронная библио-

тека периодики, построенная на парадигме открытой науки (Open Science). <http://cyberleninka.ru>
– *Электронные ресурсы издательства Springer* –

- зарубежные научные журналы Springer Journals (1832-2011 гг) и книги (Books) (1902-2010 гг.); Неограниченный доступ. <http://www.springer.com>.
- полнотекстовая коллекция электронных журналов по различным отраслям знаний [Springer Journals](http://SpringerJournals.com), <http://npg.com>.

– Полнотекстовый [архив](#) ведущих западных научных журналов на российской платформе **НЭИКОН**.
Журналы издательства [Annual Reviews](#)
Журналы издательства [Cambridge University Press](#)
Журналы издательства [Oxford University Press](#)
Журналы издательства [The Institute of Physics](#)
Цифровой архив журналов издательства [Royal Society of Chemistry](#)
Цифровой архив журнала [Nature](#) (1869 - 2011 гг)
Цифровой архив журнала [Science](#) (1880 - 1996 гг)
Журналы издательства [SAGE Publications](#)
Цифровой архив журналов издательства [Taylor&Francis](#)
Цифровой архив журналов издательства [Wiley](#)
Неограниченный доступ к 2 361 научному журналу. <http://archive.neicon.ru>

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1.1. Методика обучения опорным прыжкам

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.
3. Типичные ошибки.

Тема 1.2. Методика обучения акробатическим упражнениям:

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.
3. Типичные ошибки.

Тема 1.3. Методика обучения упражнениям на перекладине

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.
3. Типичные ошибки.

Тема 1.4. Методика обучения упражнениям на брусьях

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.
3. Типичные ошибки.

Тема 1.5. Методика обучения упражнениям на брусьях р/в

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.
3. Типичные ошибки.

Тема 1.6. Методика обучения упражнениям на бревне

План:

1. Подводящие упражнения.
2. Страховки и помощь.

3. Типичные ошибки.

Тема 2.1. Особенности проведения подготовительной части урока

План:

1. Методика проведения строевых упражнений на месте.
 2. Методика проведения строевых упражнений в движении.
 3. Методика проведения общеразвивающих упражнений отдельным способом.
 4. Методика проведения общеразвивающих упражнений поточным способом.
- Методика проведения общеразвивающих упражнений проходным способом.

Тема 2.2. Особенности проведения основной части урока

План:

1. Фронтальный способ организации занимающихся
2. Круговой способ организации занимающихся
3. Соревновательный способ организации занимающихся
4. Игровой способ организации занимающихся

Тема 2.3. Особенности проведения заключительной части урока

План:

1. Игры на внимание.
2. Дыхательные упражнения.
3. Упражнения на развитие гибкости.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются информационные технологии, охватывающие ресурсы (компьютеры, программное обеспечение и сети), необходимые для управления информацией (создание, хранение, управление, передача и поиск информации):

- технические средства: компьютерная техника и средства связи (ноутбук, проектор, экран, USB-накопители и т.п.);
- коммуникационные средства (проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты, личного кабинета студента и преподавателя, видеотрансляций);
- организационно-методическое обеспечение (электронные учебные и учебно-методические материалы, компьютерное тестирование, использование электронных мультимедийных презентаций при проведении лекционных и практических занятий);
- программное обеспечение (Microsoft Office (Excel, Power Point, Word и т.д.), Skype, поисковые системы, электронная почта и т.п.);
- среда электронного обучения ТГПУ им. Л.Н. Толстого <http://moodle.tsput.ru>.

Дисциплина обеспечена комплектом лицензионного программного обеспечения:

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
2. Программное обеспечение Microsoft Office XP Professional Win32 Russian– Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
3. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
4. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г.
5. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.

6. Электронный словарь АБВУ Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, АБВУ Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.

7. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 1894-150512-101810 от 12-05-2015 г.

У обучающихся имеется доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, состав которых ежегодно обновляется:

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.

2. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>.

3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.

1. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, оборудованные мультимедийными средствами обучения.

2. Гимнастический зал учебного корпуса №2 со специальным оборудованием: музыкальный центр, аудио-диски, гимнастические снаряды, гимнастическое оборудование, маты.

3. Компьютерные классы с доступом в Интернет, в том числе к электронно-библиотечной системе.

4. Аудитории для самостоятельной работы студентов, оснащенные компьютерной техникой, имеющей доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», электронной информационно-образовательной среде ТГПУ им. Л.Н. Толстого, внутривузовскому сетевому окружению.

12. АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.

1. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Методика обучения гимнастике».

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции: ПК-1 - готовность реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов; ПК-4 - способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета; ОПК-5 - владеет основами профессиональной этики и речевой культуры.

В результате освоения дисциплины студент должен приобрести:

знания терминологии гимнастики; содержания образовательной программы по гимнастике в соответствии с требованиями образовательных стандартов; особенности использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики;

умения проведения занятий, используя профессиональный язык гимнастики; применения полученных знаний на практике в соответствии с требованиями образовательных стандартов; использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики;

опыт деятельности на основе профессиональной этики и речевой культуры; использования средств гимнастики для реализации образовательной программы в соответствии с требованиями образовательных стандартов; использования возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами гимнастики.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Методика обучения гимнастике» относится к обязательным дисциплинам вариативной части. Изучение дисциплины базируется на дисциплине: «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Физическая культура», «Гимнастика».

К началу изучения данной дисциплины студент должен владеть объемом знаний, умений и навыков по предметам «Физическая культура», «Гимнастика», «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Освоение данной дисциплины необходимо для качественной подготовки студентов ФФК к будущей профессиональной деятельности.

3. Объем дисциплины -4 зачетные единицы.

4. Образовательный процесс осуществляется на русском языке.

5. Разработчик: к.п.н., доцент кафедры ТМФКиСД Полякова И.В.

13. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**2016-2017 учебный год**

В рабочую программу внесены изменения в части обновления состава лицензионного программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационно-справочных систем, к которым должен быть обеспечен доступ обучающимся.

Решение Ученого совета университета, протокол № 2 от 16 февраля 2017 года.

2017-2018 учебный год**Обновлен состав необходимого комплекта лицензионного программного обеспечения.**

1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
2. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.
3. Операционная система Microsoft Windows 10 Professional Russian - контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.
4. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
5. Программное обеспечение Microsoft Office 2013 Professional - контракт № 405535 от 2 ноября 2015 года, контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г.
6. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.
7. Электронный словарь ABBYY Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, ABBYY Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.
8. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 17E0-170518-102844-823-690 от 18-05-2017 г.

Обновлен состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обеспечен доступ обучающимся.

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.
2. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
4. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.
5. Web of Science Core Collection – политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных <http://webofscience.com>.
6. Полнотекстовый архив ведущих западных научных журналов на российской платформе Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН) <http://neicon.ru>.
7. Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com>.

Изменения к рабочей программе дисциплины утверждены на заседании Ученого совета университета, протокол № 8 от 31 августа 2017 г.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Разработчик (и):

Фамилия, имя, отчество	Учёная степень	Учёное звание	Должность
Полякова Ирина Вячеславовна	к.п.н.	доцент	Доцент каф. ТМФКиСД