

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области  
**«Свердловский областной педагогический колледж»**  
(ГАПОУ СО «СОПК»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.08.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ**

**49.02.01 Физическая культура  
Очная форма обучения**

Екатеринбург  
2020

**Рассмотрена** на заседании кафедры  
физической культуры  
20 мая 2020г., протокол №10

Заведующий кафедрой:



/О.В.Бабич/

Рабочая программа разработана в соответствии  
с требованиями Федерального  
государственного образовательного стандарта  
по специальности среднего  
профессионального образования

**Утверждена** решением научно- методического  
совета ГАПОУ СО «СОПК» протокол №11  
03 июня 2020г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП 08.01 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. №1355

**Организация-разработчик:** Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Свердловский областной педагогический колледж»

**Разработчик:**

Белоусов А.С. ГАПОУ СО «СОПК» преподаватель кафедры «Физической культуры»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                                       |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ: ОП.08.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ ....</b> | <b>4</b>  |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                                                             | <b>6</b>  |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>                                                        | <b>14</b> |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>                                              | <b>16</b> |

# 1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ: ОП.08.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ПРЕПОДАВАНИЯ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина *ОП.08.01 Гимнастика с методикой преподавания* является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности: 49.02.01 Физическая культура (углубленной подготовки).

Учебная дисциплина *Гимнастика с методикой преподавания* обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности: 49.02.01 Физическая культура.

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.

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.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Цель – подготовить студентов к освоению профессиональной деятельности в части планирования, проведения и анализа занятий по гимнастике.

| Код ПК, ОК                                                                                                                                         | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01, 02<br>ОК 03<br>ОК 04<br>ОК 05<br>ОК 06<br>ОК 07<br>ОК 08<br>ОК 09<br>ОК 10<br>ОК 11<br>ОК 12<br>ПК 1.1-1.5.<br>ПК 2.1. -2.6<br>ПК 3.1. -3.4 | <p>-планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике;</p> <p>-выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>-использовать терминологию гимнастики;</p> <p>-применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;</p> <p>-обучать двигательным действиям, изученным базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря.</p> <p>-использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации.</p> | <p>- историю и этапы развития гимнастики;</p> <p>-терминологию гимнастики;</p> <p>-технику профессионально значимых двигательных действий;</p> <p>-содержание, формы организации и методику проведения занятий по гимнастике;</p> <p>-методику обучения двигательным действиям;</p> <p>-особенности и методику развития физических качеств;</p> <p>-основы судейства;</p> <p>- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенностями их эксплуатации.</p> <p>- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.</p> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы учебной дисциплины                    | Объем часов                       |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Объем образовательной программы</b>                   | 227                               |
| в том числе:                                             |                                   |
| теоретическое обучение                                   | 50                                |
| лабораторные работы                                      | 0                                 |
| практические занятия                                     | 88                                |
| курсовая работа (проект) ( <i>если предусмотрено для</i> | 0                                 |
| контрольная работа                                       | 0                                 |
| <i>Самостоятельная работа</i>                            | 89                                |
| <b><i>Промежуточная аттестация</i></b>                   | дифференцированный зачет, экзамен |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                     | Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся                                                                       | Объем часов | Коды компетенций |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| <b>Раздел 1. Основные средства гимнастики</b>                                                   |                                                                                                                                                              |             | <i>OK 1</i>      |
| <b>Тема 1.1.</b><br><b>Введение.</b><br><b>Гимнастика в системе профессиональной подготовки</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                         | <b>14</b>   | <i>OK 2</i>      |
|                                                                                                 | <b>1. Введение в предмет. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина</b>                                                                             | 2           | <i>OK 3</i>      |
|                                                                                                 | Цели, задачи и структура учебной дисциплины. Место и роль учебной дисциплины «Гимнастика» в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры. |             | <i>OK 4</i>      |
|                                                                                                 | <b>2. Исторический обзор развития гимнастики</b>                                                                                                             | 2           | <i>ПК 2.1</i>    |
|                                                                                                 | История и этапы развития гимнастики.                                                                                                                         |             | <i>ПК 2.2</i>    |
|                                                                                                 | <b>3. Классификация видов гимнастики</b>                                                                                                                     | 2           |                  |
|                                                                                                 | Классификация физических упражнений. Характеристика основных групп упражнений. Виды гимнастики, новые направления, гимнастическое многоборье.                |             |                  |
|                                                                                                 | <b>4. Техника безопасности на уроках гимнастики.</b>                                                                                                         | 2           |                  |
|                                                                                                 | Профилактика травматизма на уроках гимнастики.                                                                                                               |             |                  |
|                                                                                                 | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                    | <b>6</b>    |                  |
| 1. Составление таблицы «Национальные виды гимнастики»                                           | 2                                                                                                                                                            |             |                  |
| 2. Составление схемы «Классификация видов гимнастики»                                           | 2                                                                                                                                                            |             |                  |
| 3. Составление конспекта помощь и страховка. Основные требования к страхующему                  | 2                                                                                                                                                            |             |                  |
| <b>Тема 1.2.</b><br><b>Гимнастическая терминология</b>                                          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                         | <b>6</b>    | <i>OK 4</i>      |
|                                                                                                 | <b>1. Терминология гимнастики</b>                                                                                                                            | 2           | <i>OK 5</i>      |
|                                                                                                 | Характеристика гимнастической терминологии. Способы образования терминов, правила сокращения.                                                                |             | <i>OK 11</i>     |
|                                                                                                 | <b>2. Гимнастическая терминология общеразвивающих упражнений</b>                                                                                             | 2           | <i>OK 12</i>     |
|                                                                                                 | Формы и типы записи упражнений без предмета и с предметом, на снарядах, на гимнастической скамейке, стенке, в парах, акробатических и вольных упражнений.    |             |                  |
|                                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                      | <b>2</b>    |                  |
| 1.Контрольная работа по теме «Гимнастическая терминология»                                      | 2                                                                                                                                                            |             |                  |
| <b>Тема 1.3.</b><br><b>Строевые упражнения</b>                                                  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                         | <b>20</b>   | <i>OK 9</i>      |
|                                                                                                 | <b>1. Строевые упражнения. Особенности методики проведения строевых упражнений</b>                                                                           | 2           | <i>OK 10</i>     |
|                                                                                                 | Назначение строевых упражнений. Понятия: «строй», «шеренга», «колонна», «фронт», «фланг», «дистанция», «интервал», «направляющий», «замыкающий».             |             | <i>OK 12</i>     |
|                                                                                                 | <b>2. Строевые приёмы и построения</b>                                                                                                                       | 2           | <i>ПК 3.1</i>    |
|                                                                                                 |                                                                                                                                                              | 2           | <i>ПК 2.4</i>    |

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |        |                                                                                    |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                         | Управление строем: точки зала, команды, распоряжения, сигналы, жесты. Группы строевых упражнений: строевые приёмы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. Фигурная маршировка.                                                                           |           | ПК 2.5 |                                                                                    |
|                                                         | <b>3. Методика проведения строевых команд</b>                                                                                                                                                                                                                                     | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | Особенности методики проведения строевых упражнений.                                                                                                                                                                                                                              |           |        |                                                                                    |
|                                                         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>6</b>  |        |                                                                                    |
|                                                         | 1. Перестроения на месте и в движении. Методика проведения в учебной группе.                                                                                                                                                                                                      | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 2. Размыкания и смыкания: дугами, приставными шагами, по строевому уставу. Методика проведения в учебной группе                                                                                                                                                                   | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 3. Передвижения и фигурная маршировка. Методика проведения в учебной группе.                                                                                                                                                                                                      | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>8</b>  |        |                                                                                    |
|                                                         | 1. Составление презентации по теме «Строевые упражнения».                                                                                                                                                                                                                         | 4         |        |                                                                                    |
|                                                         | 2. Составление конспекта «Классификация строевых упражнений»                                                                                                                                                                                                                      | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 3. Перестроения из одной колонны в две, три                                                                                                                                                                                                                                       | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 4. Перестроения из шеренги по одному по два, по три                                                                                                                                                                                                                               | 2         |        |                                                                                    |
| <b>Тема 1.4. Общеразвивающие упражнения</b>             | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                              | <b>51</b> |        | OK 07<br>OK 08<br>OK 09<br>OK 10<br>OK 11<br>OK 12<br>ПК 1.2, 1.4.<br>ПК 2.1. -2.6 |
|                                                         | <b>1. Определение и назначение общеразвивающих упражнений (ОРУ). Классификация общеразвивающих упражнений</b>                                                                                                                                                                     | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | Определение и назначение общеразвивающих упражнений (ОРУ). Классификация упражнений. Правила подбора упражнений. Содержание и дозировка ОРУ. Графическое изображение и организационно-методические указания к упражнениям. Правила записи комплекса ОРУ. Методика проведения ОРУ. |           |        |                                                                                    |
|                                                         | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                           | <b>28</b> |        |                                                                                    |
|                                                         | 1. Общеразвивающие упражнения в движении.                                                                                                                                                                                                                                         | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 2. Методика проведения ОРУ в движении.                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 3. Общеразвивающие упражнения на месте без предмета.                                                                                                                                                                                                                              | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 4. Методика проведения ОРУ на месте без предмета.                                                                                                                                                                                                                                 | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 5. Общеразвивающие упражнения на месте с гимнастической палкой                                                                                                                                                                                                                    | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 6. Методика проведения ОРУ с гимнастической палкой                                                                                                                                                                                                                                | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 7. Общеразвивающие упражнения на месте с обручем                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 8. Методика проведения ОРУ с обручем                                                                                                                                                                                                                                              | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 9. Общеразвивающие упражнения на месте с скакалкой                                                                                                                                                                                                                                | 2         |        |                                                                                    |
|                                                         | 10. Методика проведения ОРУ с скакалкой                                                                                                                                                                                                                                           | 2         |        |                                                                                    |
| 11. Общеразвивающие упражнения на месте в парах         | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |        |                                                                                    |
| 12. Методика проведения ОРУ в парах                     | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |        |                                                                                    |
| 13. Общеразвивающие упражнения с гимнастической скамьей | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |        |                                                                                    |

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                 | 14. Методика проведения ОРУ с гимнастической скамьей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>21</b> |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 1. Составлений комплекса ОРУ в движении                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 2. Составлений комплекса ОРУ на месте без предмета                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 3. Составлений комплекса ОРУ с гимнастической палкой                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 4. Составлений комплекса ОРУ с обручем                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 5. Составлений комплекса ОРУ с скакалкой                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 6. Составлений комплекса ОРУ в парах                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 3         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 7. Составлений комплекса ОРУ с гимнастической скамьей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 3         |                                                                                         |
| <b>Тема 1.5.<br/>Прикладные упражнения</b>                                                                                                      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>20</b> | <i>OK 4<br/>OK 6<br/>OK 7<br/>OK 8<br/>OK 9<br/>OK10<br/>OK12<br/>ПК 3.1<br/>ПК 2.4</i> |
|                                                                                                                                                 | <b>1. Прикладные упражнения: ходьба, переползания, лазания. Выполнение различных видов ходьбы.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | Характеристика разновидностей прикладных упражнений. Формы и способы организации и проведения прикладных упражнений в младших классах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | <b>2. Методика проведения прикладных упражнений</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | Методика проведения прикладных упражнений. Ходьба: походный шаг, с опорой руками на колени, пригнувшись, крадучись (объяснение техники). Переползания: на четвереньках, на боку, по-пластунски, с партнёром и грузом. Лазание: на гимнастической стенке, лестнице, наклонной скамейке, по канату, по шесту, подъём в упор силой на перекладине, лазание с партнёром на плечах. Методика проведения прикладных упражнений в учебной группе. Приёмы переноски партнёра: одним, двумя, тремя и четырьмя товарищами, с помощью предметов. Переноска груза: передача набивных мячей, переноска скамеек, переноска матов, гимнастического козла, гимнастического бревна. |           |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>8</b>  |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 1. Демонстрация техники различных способов переползания, лазания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 2. Методика проведения лазания, переползания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 3. Отработка приёмов переноски партнёра, груза. Полоса препятствий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | 4. Методика обучения лазания по канату в два и три приема                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2         |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | <b>Самостоятельная работ</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>8</b>  |                                                                                         |
| 1. Составление конспекта: техника выполнения и последовательность обучения лазание по канату в 2 и 3 приема, гимнастической лестнице, скамейке. | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                                                                                         |
| 2. Составление полосы препятствий с использованием прикладных упражнений.                                                                       | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                                                                                         |
| <b>Раздел 2. Основы гимнастических упражнений</b>                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                                                                                         |
| <b>Тема 2.1.<br/>Методика обучения</b>                                                                                                          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>6</b>  |                                                                                         |
|                                                                                                                                                 | <b>1. Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2         | <i>OK 9</i>                                                                             |

|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>гимнастическим упражнениям</b>                                        | Закономерности, лежащие в основе техники гимнастических упражнений. Структура, содержание, форма, техника исполнения. Основы обучения и тренировки.                                                                                                                                                             |           | <i>OK 10</i><br><i>OK 12</i><br><i>ПК 2.1</i><br><i>ПК 2.2</i>                                                                          |
|                                                                          | <b>2. Принципы дидактики, методы и приёмы обучения.</b>                                                                                                                                                                                                                                                         | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений. Этапы обучения гимнастическим упражнениям. Принципы дидактики, методы и приёмы обучения. Страховка, самостраховка, помощь и проводка. Типичные ошибки и методика их исправления. Спортивная тренировка и повышение уровня подготовленности. |           |                                                                                                                                         |
|                                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>2</b>  |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 1. Составление конспекта «Этапы обучения двигательному действию»                                                                                                                                                                                                                                                |           |                                                                                                                                         |
| <b>Раздел 3. Виды гимнастических упражнений</b>                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |                                                                                                                                         |
| <b>Тема 3.1. Акробатические упражнения</b>                               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>24</b> | <i>OK 4</i><br><i>OK 6</i><br><i>OK 7</i><br><i>OK 8</i><br><i>OK 9</i><br><i>OK10</i><br><i>OK12</i><br><i>ПК 3.1</i><br><i>ПК 2.4</i> |
|                                                                          | <b>1. Методика проведения акробатических упражнений.</b>                                                                                                                                                                                                                                                        | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | Назначение акробатических упражнений. Методика проведения акробатических упражнений в учебной группе. Страховка и помощь.                                                                                                                                                                                       |           |                                                                                                                                         |
|                                                                          | <b>2. Методика проведения вольных упражнения</b>                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | Техника демонстрации прыжковых и балансовых упражнений. Акробатические соединения. Парная акробатика.                                                                                                                                                                                                           |           |                                                                                                                                         |
|                                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>8</b>  |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 1. Методика обучения акробатических упражнений: группировки, перекаты, кувырки вперед, назад в группировке.                                                                                                                                                                                                     | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 2. Методика обучения акробатических упражнений: стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках.                                                                                                                                                                                                          | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 3. Методика обучения акробатических упражнений: длинный кувырок вперед, кувырок прыжком, кувырок назад через плечо.                                                                                                                                                                                             | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 4. Акробатические соединения из школьной программы. Методика обучения. Страховка и помощь                                                                                                                                                                                                                       | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>12</b> |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 1. Составление обучающей программы по акробатике.                                                                                                                                                                                                                                                               | 4         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | 2. Составление конспекта по методике обучения акробатическим упражнениям                                                                                                                                                                                                                                        | 4         |                                                                                                                                         |
| 3. Разработка презентации на тему: «Обучение акробатическим упражнениям» | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |                                                                                                                                         |
| <b>Тема 3.2. Упражнения на снарядах</b>                                  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>35</b> | <i>OK 1</i><br><i>OK 2</i><br><i>OK 3</i><br><i>OK 4</i><br><i>OK 5</i>                                                                 |
|                                                                          | <b>1. Классификация гимнастических снарядов женского и мужского многоборья</b>                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |                                                                                                                                         |
|                                                                          | Упражнения на бревне: элементы, виды ходьбы, повороты, равновесия, прыжки, вскок, соскоки. Комбинации на бревне. Методика проведения упражнений на бревне в учебной группе. Упражнения на брусках: подъёмы, размахивания, кувырки, упоры, соскоки.                                                              |           |                                                                                                                                         |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                           |           |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                            | Упражнения на перекладине: подъёмы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Методика проведения упражнений в висах.                                                                                                        |           | <i>ОК 8</i><br><i>ОК 9</i><br><i>ОК 10</i><br><i>ОК 12</i><br><i>ПК 1.1.</i><br><i>ПК 1.2</i><br><i>ПК 1.3.</i><br><i>ПК 1.4</i><br><i>ПК 3.2.</i><br><i>ПК 3.3</i> |
|                                                            | <b>2. Опорные прыжки школьной программы</b>                                                                                                                                                                               | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | Опорные прыжки школьной программы. Игровые задания на опорном прыжке. Методика проведения опорных прыжков.                                                                                                                |           |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                   | <b>16</b> |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 1. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: вскок в упор присев и соскок прогнувшись, прыжок согнув ноги.                                                                                          | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 2. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: прыжки углом, прыжок боком.                                                                                                                            | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 3. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: прыжок ноги врозь.                                                                                                                                     | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 4. Техника и методика обучения упражнений на брусьях: подъёмы, кувырки, стойки, соскоки. Техника и методика обучения упражнений на брусьях разной высоты: висы, подъёмы, спады, обороты, соскоки.                         | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 5. Выполнение упражнений на брусьях (низкие): подъёмы, кувырки, стойки, повороты, соскоки. Выполнение упражнений на брусьях разной высоты: подъёмы, обороты, спады, соскоки. Страховка и помощь при выполнении элементов. | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 6. Техника и методика обучения упражнений на перекладине: размахивание, подъёмы, перемахи, соскоки. Техника и методика обучения упражнений на бревне: ходьба, повороты, вскок, соскоки.                                   | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 7. Техника и методика обучения комбинаций на перекладине из школьной программы. Техника и методика обучения комбинаций на бревне из школьной программы.                                                                   | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 8. Выполнение комбинаций на гимнастических снарядах.                                                                                                                                                                      | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | <b>Самостоятельная работа</b>                                                                                                                                                                                             | <b>15</b> |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 1. Техника и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах                                                                                                                                                     | 3         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 2. Составление программы обучения двигательным действиям.                                                                                                                                                                 | 3         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 3. Составление конспекта по методике обучения упражнений на гимнастических снарядах                                                                                                                                       | 3         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 4. Составление учебных комбинаций на гимнастических снарядах                                                                                                                                                              | 4         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | 5. Разработка презентации «Разновидности опорных прыжков»                                                                                                                                                                 | 2         |                                                                                                                                                                     |
| <b>Раздел 4. Формы и организация занятий по гимнастике</b> |                                                                                                                                                                                                                           |           |                                                                                                                                                                     |
| <b>Тема 4.1.<br/>Организация и проведение массовых</b>     | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                      | <b>21</b> | <i>ПК 3.1.</i><br><i>ПК 3.2</i><br><i>ПК 3.3</i><br><i>ПК 3.4</i>                                                                                                   |
|                                                            | <b>1. Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений</b>                                                                                      | 2         |                                                                                                                                                                     |
|                                                            | Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений. Организация и проведение соревнований. Виды и                                                 |           |                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                               |           |                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------|
| <b>мероприятий по гимнастике</b>                                                                                                                                                                                                | характеристика соревнований. Документы для проведения соревнований: положение, рабочие документы, график соревнований, заявки, список участников, протоколы.. |           |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | <b>2. Судейство комбинаций на снарядах гимнастического многоборья</b>                                                                                         | 2         |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | Система оценки. Содержание программы соревнований. Материально-техническое обеспечение соревнований                                                           |           |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                       | <b>4</b>  |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | 1.Разработка положения о соревнованиях по гимнастике в школе                                                                                                  | 2         |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | 2.Методика проведения производственной гимнастики                                                                                                             | 2         |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                     | <b>11</b> |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | 1. Составление сценария спортивного праздника с оздоровительной направленностью                                                                               | 3         |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | 2. Подготовить сообщение по теме «Особенности организации и судейства общешкольных соревнований»                                                              | 3         |                |
|                                                                                                                                                                                                                                 | 3. Разработка содержания для видеофрагмента «Производственная гимнастика с различными группами населения»                                                     | 2         |                |
| 4. Монтаж видеофрагмента «Производственная гимнастика с различными группами населения»                                                                                                                                          | 3                                                                                                                                                             |           |                |
| <b>Тема 4.2. Урок гимнастики в школе</b>                                                                                                                                                                                        | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                          | <b>30</b> |                |
| <b>1. Урок гимнастики в школе: содержание, формы организации и методика проведения занятий по гимнастике в школе.</b>                                                                                                           | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ОК 1</i>    |
| Урок гимнастики в школе: содержание, формы организации и методика проведения занятий по гимнастике в школе. Задачи обучения гимнастике в школе. Типы уроков.                                                                    |                                                                                                                                                               |           | <i>ОК 2</i>    |
| <b>2. Правила формулировки методологии, постановка целей и задач урока</b>                                                                                                                                                      | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ОК 3</i>    |
| Правила постановки цели и задач урока. Особенности формулировки в зависимости от типа урока.                                                                                                                                    |                                                                                                                                                               |           | <i>ОК 4</i>    |
| <b>3. Особенности разработки конструктора урока гимнастики</b>                                                                                                                                                                  | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ОК 5</i>    |
| Программные требования к уроку гимнастики. Структура конструктора урока по гимнастике.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                               |           | <i>ОК 8</i>    |
| <b>4. Методика проведения урока по гимнастике в школе.</b>                                                                                                                                                                      | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ОК 9</i>    |
| Особенности проведения урока по гимнастике в начальной школе. Особенности проведения урока по гимнастике в средней школе. Особенности проведения урока по гимнастике в старшей школе с учётом возрастных особенностей учащихся. |                                                                                                                                                               |           | <i>ОК 10</i>   |
| <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                         | <b>14</b>                                                                                                                                                     |           | <i>ОК 12</i>   |
| 1. Проведение урока в младших классах с последующим анализом.                                                                                                                                                                   | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ПК 1.1.</i> |
| 2. Сюжетно-ролевая форма проведения урока..                                                                                                                                                                                     | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ПК 1.2</i>  |
| 3. Методика проведения урока по гимнастике в средней школе.                                                                                                                                                                     | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ПК 1.3.</i> |
| 4. Проведение урока в 5-8 классах с последующим анализом.                                                                                                                                                                       | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ПК 1.4</i>  |
| 5. Методика проведения урока по гимнастике в старшей школе.                                                                                                                                                                     | 2                                                                                                                                                             |           | <i>ПК 3.2.</i> |
|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                               |           | <i>ПК 3.3</i>  |

|                                                                                           |            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 6. Проведение урока в 9-11 классах с последующим анализом.                                | 2          |
| 7. Подвижные игры и эстафеты на уроке гимнастики. Полоса препятствий на уроке гимнастики. | 2          |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                                             | <b>8</b>   |
| 1. Составление конструктора занятий по заданию.                                           | 4          |
| 2. Подготовка к проведению урока по заданию преподавателя.                                | 4          |
| <b>Итого</b>                                                                              | <b>227</b> |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет *Гимнастики с методикой преподавания*, оснащенный оборудованием: доской учебной, рабочим местом преподавателя, столами, стульями (по числу обучающихся), шкафами для хранения раздаточного дидактического материала и др.; техническими средствами обучения (компьютером, средствами аудиовизуализации, мультимедийным проектором).

Реализация программы дисциплины требует наличия гимнастического зала, тренажерного зала. Оборудование и используемый инвентарь: гимнастические снаряды, тренажеры, фитнес оборудование, гимнастический инвентарь.

В рамках реализации программы в Мастерской по компетенции «Физическая культура, спорт и фитнес» используется следующее оборудование:

- многофункциональная рама;
- скамья для прессы навесная;
- брусья/пресс навесные;
- платформа для зашагивания;
- универсальная скамья 0-90 градусов;
- ребаундер реактор для мячей;
- канат;
- кольцевой амортизатор (3шт);
- петли для функционального тренинга TRX;
- медбол 2 кг;
- степ-платформа;
- полусфера гимнастическая;
- штанга разборная для аэробики в комплекте;
- бодибар 4кг;
- бодибар 6 кг;
- плиометрическая тумба;
- маты гимнастические;
- обруч пластмассовый;
- гимнастическая палка;
- скакалка;
- теннисные мячи;
- конусы;
- мяч детский;
- микшер + колонка.

Для организации смешанного обучения и самостоятельной работы студентов с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используется платформа Moodle и GoogleClass.

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе.

##### 3.2.1. Печатные издания

1. Гавердовский Ю. К. Теория и методика спортивной гимнастики. В 2 т.: учебник - 2-е изд. - Издательство: Советский спорт, 2020 г. – 231с. - ISBN: 978-5-00129-108-4. – Текст: непосредственный.

2. Гимнастика: учебник для студентов средних учебных заведений / [Павлов И. Б., Курьсь В. Н., Баршай В.М.]; под ред. И.Б. Павлова - Издательство: Кнорус, 2020 г., - 312 с. - ISBN: 978-5-406-08103-7. – Текст: непосредственный.
3. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий – Просвещение, 2017 – 80 стр. (работаем по новым стандартам.)- ISBN: 978-5-09-031899-0. – Текст: непосредственный.
4. Лях И.В. Физическая культура 1-11 классы комплексная программа физического воспитания [Текст] / И.В.Лях, А.А. Зданевич – Москва: Издательство центр «Учитель», 2016- 172с - ISBN: 978-5-7057-2965-4. - – Текст: непосредственный.

### 3.2.2 Электронные издания

1. Издательский дом «Первое сентября». – Режим доступа: <http://www.1september.ru>. – Текст: электронный.
2. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/>. - Текст: электронный.
3. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>. - Текст: электронный.
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru). - Текст: электронный.
5. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия» Web: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>. - Текст: электронный.
6. Сайт Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009) Web: <http://goup32441.narod.ru>. - Текст: электронный.
7. Департамент образования и науки Кемеровской области. – Режим доступа: <http://edu.kem.ru/>. - Текст: электронный.

### 3.2.3. Дополнительные источники

1. Гимнастика: учеб.для студ.высш.учеб.заведений/ [М.Л. Журавина, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.]; под ред. М.Л. Журавина, Н.К.Меньшикова.- 5-ие изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2016.-448 с.- ISBN 5-7695-1197-4. - Текст: непосредственный.
2. Баршай В.М. Гимнастика : учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : КНОРУС, 2016. — 312 с. — (Бакалавриат).-ISBN 978-5-406-02356-3. - Текст: непосредственный.
3. Гимнастика. Методика преподавания: учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общ. ред. В.М. Миронова. — Минск : Новое знание ; Москва : ИНФРА-М, 2018. — 335 с. : ил. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-985-475-578-6. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/925772> (дата обращения: 14.01.2021). – Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
4. Гимнастика. Методика преподавания: Уч. / В.М.Миронов и др.-Мн.:Нов. знание, НИЦ ИНФРА-М,2016.-335 с. ISBN: 978-985-475-578-6. - Текст: непосредственный.

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

| Результаты обучения                                                                                                               | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                 | Методы оценки                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Знания:</b>                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                 |                                        |
| истории и этапов развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                                | воспроизводит историю и перечисляет этапы развития базовых видов спорта и новых видов физкультурно-спортивной деятельности на основе информационного поиска                                                     | письменный/устный опрос                |
| терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                                                          | воспроизводит основные понятия и термины базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности                                                                                                             | тестирование терминологический диктант |
| техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                | описывает технику двигательного действия базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с критериями оценки Олимпиады профессионального мастерства                                   | письменный опрос                       |
| содержания, форм организации и методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в школе; | устанавливает связь между содержанием и формами организации и методикой проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с возрастными особенностями обучающихся | письменный/устный опрос                |
| методики обучения двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                              | описывает методику обучения двигательным действиям в соответствии с этапом обучения                                                                                                                             | устный опрос                           |
| особенностей и методики развития физических качеств в базовых и новых видах физкультурно-спортивной деятельности;                 | выбирает методику развития физических качеств с учетом закономерностей их развития и возрастных особенностей учащихся                                                                                           | тестирование                           |

|                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| особенностей организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности;                                                                      | объясняет особенности организации и проведения соревнований по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом правил соревнований                                                                                                                       | устный опрос<br>анализ конкретных игровых ситуаций<br>составление положения о соревнованиях |
| основ судейства по базовым видам спорта                                                                                                                                        | объясняет правила соревнований в зависимости от игровой ситуации и применяет их в практической деятельности                                                                                                                                                          | Судейство соревнований по гимнастике среди учебных групп                                    |
| разновидностей спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности их эксплуатации; | категоризирует разновидности спортивно-оздоровительных сооружений и распознает оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности                                                                                           | письменный/устный опрос                                                                     |
| техники безопасности и требований к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю;                                                                             | учитывает факторы риска и основные методы профилактики травматизма в процессе занятий в соответствии с физической подготовленностью обучающихся и СанПиНами                                                                                                          | письменный/устный опрос                                                                     |
| <b>Умения:</b>                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                             |
| планировать, проводить и анализировать занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (спортивным играм) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности;    | разрабатывает и демонстрирует занятия по базовым видам физкультурно-спортивной деятельности (спортивным играм,) и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями ФГОС, критериями WSR и с учетом возрастных особенностей обучающихся | технологическая карта (конспект) урока, схема анализа урока                                 |
| выполнять профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым                                                                                                    | демонстрирует и интерпретирует профессионально                                                                                                                                                                                                                       | оценка демонстрируемых                                                                      |

|                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                 |                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| видам физкультурно-спортивной деятельности;                                                                                                                             | значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой их выполнения                                                            | умений, выполняемых действий                        |
| использовать терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                                                                                   | интерпретирует терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в процессе практической деятельности                                                                     | технологическая карта (конспект) урока              |
| применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений;                                                                                       | рационально применяет приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений в соответствии с требованиями техники безопасности                                                 | оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий |
| обучать двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности;                                                                              | демонстрирует обучение двигательным действиям базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом этапа обучения                                                                | технологическая карта (конспект) урока              |
| использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации; | эксплуатирует оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями в процессе практической деятельности | оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий |
| подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря                                                                                                 | выбирает способы действий и инструменты для определения технического состояния оборудования и инвентаря, его хранения и ремонта с учетом требований СанПиН                                      | оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587349

Владелец Симонова Татьяна Сергеевна

Действителен с 26.09.2022 по 26.09.2023