

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.09.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ**

49.02.02 Адаптивная физическая культура
Заочная форма обучения

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 09.01 Гимнастика с методикой тренировки
разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта
среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 «Адаптивная
физическая культура», утвержденного Министерства образования и науки Российской
Федерации от 13 августа 2014 г. № 994

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

Разработчик:

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

СОДЕРЖАНИЕ

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.09.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	15

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.09.01 ГИМНАСТИКА С МЕТОДИКОЙ ТРЕНИРОВКИ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.09.01 Гимнастика с методикой тренировки является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура.

Учебная дисциплина «Гимнастика с методикой тренировки» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.02 Адаптивная 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 правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 1.5. Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.

ПК 1.6. Создавать в кабинете (спортивном зале, на спортивной площадке) предметно-развивающую среду с учетом особенностей состояния здоровья обучающихся.

ПК 1.7. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.

ПК 2.2. Проводить занятия оздоровительной физической культурой.

ПК 2.3. Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной, реабилитационной и рекреационной направленности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам.

ПК 3.1. Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

ПК 3.2. Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области адаптивной 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 адаптивного 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 1 ОК 2 ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 6 ОК 7 ОК 8 ОК 9 ОК 10 ОК 11 ОК 12 ПК 1.1-1.7. ПК 2.1. - 2.6 ПК 3.1. - 3.4	-планировать, проводить и анализировать занятия по гимнастике; -выполнять профессионально значимые двигательные действия по изученным видам физкультурно-спортивной деятельности; -использовать терминологию гимнастики; -применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; -обучать двигательным действиям, изученным базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности - подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря. -использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его	- историю и этапы развития гимнастики; -терминологию гимнастики; -технику профессионально значимых двигательных действий; -содержание, формы организации и методику проведения занятий по гимнастике; -методику обучения двигательным действиям; -особенности и методику развития физических качеств; -основы судейства; - разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности, особенностями их эксплуатации. - технику безопасности и требования к физкультурно-

	назначением и особенностями эксплуатации.	спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.
--	---	---

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы учебной дисциплины	Объем часов
Объем образовательной программы	184
в том числе:	
теоретическое обучение	16
лабораторные работы	0
практические занятия	8
курсовая работа (проект)	0
контрольная работа	0
<i>Самостоятельная работа</i>	160
Промежуточная аттестация дифференцированный зачет, экзамен	2,6

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций
Раздел 1. Основные средства гимнастики			ОК 1
Тема 1.1. Введение. Гимнастика в системе профессиональной подготовки	Содержание учебного материала	8	ОК 2
	Введение в предмет. Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина Цели, задачи и структура учебной дисциплины. Место и роль учебной дисциплины «Гимнастика» в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры. История и этапы развития гимнастики. Классификация физических упражнений. Характеристика основных групп упражнений. Виды гимнастики, новые направления, гимнастическое многоборье. Профилактика травматизма на уроках гимнастики.	2	ОК 3 ОК 4 ПК 2.1 ПК 2.2
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	1. Конспект «Исторический обзор развития гимнастики»	1	
	2. Таблица «Классификация видов гимнастики»	1	
	3. Конспект «Техника безопасности на уроках гимнастики».	1	
	4. Составление таблицы «Национальные виды гимнастики»	1	
	5. Составление схемы «Классификация видов гимнастики» 6. Составление конспекта «Помощь и страховка. Основные требования к страхующему»	1	
Тема 1.2. Гимнастическая терминология	Содержание учебного материала	6	ОК 4
	Терминология гимнастики Характеристика гимнастической терминологии. Способы образования терминов, правила сокращения. Формы и типы записи упражнений без предмета и с предметом, на снарядах, на гимнастической скамейке, стенке, в парах, акробатических и вольных упражнений.	2	ОК 5 ОК 11 ОК 12
	В том числе практических занятий	2	
	1.Контрольная работа по теме «Гимнастическая терминология»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
1.Гимнастическая терминология общеразвивающих упражнений	2		
Тема 1.3. Строевые упражнения	Содержание учебного материала	22	ОК 9
	Строевые упражнения. Особенности методики проведения строевых упражнений Назначение строевых упражнений. Понятия: «строй», «шеренга», «колонна», «фронт», «фланг», «дистанция», «интервал», «направляющий», «замыкающий». Управление строем: точки зала, команды, распоряжения, сигналы, жесты. Группы строевых упражнений: строевые приёмы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. Фигурная маршировка. Особенности методики проведения строевых упражнений.	2	ОК 10 ОК 12 ПК 3.1 ПК 2.4 ПК 2.5

	В том числе практических занятий	2	
	1. Перестроения на месте и в движении. Методика проведения в учебной группе.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	18	
	1. Составление презентации по теме «Строевые упражнения».	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	
	4. Составление конспекта «Классификация строевых упражнений»	2	
	5. Строевые приёмы и построения	2	
	6. Методика проведения строевых команд	2	
	7. Перестроения из одной колонны в две, три	2	
	8. Перестроения из шеренги по одному по два, по три	2	
Тема 1.4. Общеразвивающие упражнения	Содержание учебного материала	44	ОК 07
	1. Определение и назначение общеразвивающих упражнений (ОРУ). Классификация общеразвивающих упражнений	2	ОК 08
	Определение и назначение общеразвивающих упражнений (ОРУ). Классификация упражнений. Правила подбора упражнений. Основа комплекса ОРУ. Содержание и дозировка ОРУ. Графическое изображение и организационно-методические указания к упражнениям.		ОК 09
			ОК 10
			ОК 11
			ОК 12
	2. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении.	2	ПК 1.2, 1.4.
	Правила записи комплекса ОРУ. Методика проведения ОРУ в движении и на месте.		ПК 2.1. -2.6
	В том числе практических занятий	2	
	1.Общеразвивающие упражнения в движении и на месте.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	38	
	1. Методика проведения ОРУ в движении.	2	
	2. Составлений комплекса ОРУ в движении	2	
3. Методика проведения ОРУ на месте без предмета.	2		
4. Составлений комплекса ОРУ на месте без предмета	2		
5. Общеразвивающие упражнения на месте с гимнастической палкой	2		
6. Методика проведения ОРУ с гимнастической палкой	2		
7. Составлений комплекса ОРУ с гимнастической палкой	2		
8. Общеразвивающие упражнения на месте с обручем	2		
9. Методика проведения ОРУ с обручем	2		
10. Составлений комплекса ОРУ с обручем	2		
11. Общеразвивающие упражнения на месте с скакалкой	2		
12. Методика проведения ОРУ с скакалкой	2		

	13. Составлений комплекса ОРУ с скакалкой	2	
	14. Общеразвивающие упражнения на месте в парах	2	
	15. Методика проведения ОРУ в парах	2	
	16. Составлений комплекса ОРУ в парах	2	
	17. Общеразвивающие упражнения с гимнастической скамьей	2	
	18. Методика проведения ОРУ с гимнастической скамьей	2	
	19. Составлений комплекса ОРУ с гимнастической скамьей	2	
Тема 1.5. Прикладные упражнения	Содержание учебного материала	16	ОК 4 ОК 6 ОК 7 ОК 8 ОК 9 ОК10 ОК12 ПК 3.1 ПК 2.4
	1. Прикладные упражнения: ходьба, переползания, лазания. Выполнение различных видов ходьбы.	2	
	Методика проведения прикладных упражнений в учебной группе. Ходьба: походный шаг, с опорой руками на колени, пригнувшись, крадучись (объяснение техники). Переползания: на четвереньках, на боку, по-пластунски, с партнёром и грузом. Методика проведения прикладных упражнений в учебной группе. Лазание: на гимнастической стенке, лестнице, наклонной скамейке, по канату, по шесту, подъём в упор силой на перекладине, лазание с партнёром на плечах.		
	2. Методика проведения прикладных упражнений	2	
	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.		
	Самостоятельная работ обучающихся	12	
	1. Составление конспекта: техника выполнения и последовательность обучения лазание по канату в 2 и 3 приема, гимнастической лестнице, скамейке.	2	
	2. Демонстрация техники различных способов переползания, лазания.	2	
	3. Методика проведения лазания, переползания.	2	
	4. Отработка приёмов переноски партнёра, груза. Полоса препятствий.	2	
5. Методика обучения лазания по канату в два и три приема	2		
6. Составление полосы препятствий с использованием прикладных упражнений.	2		
Раздел 2. Основы гимнастических упражнений			
Тема 2.1. Методика обучения гимнастическим упражнениям	Содержание учебного материала	6	
	Закономерности, лежащие в основе техники гимнастических упражнений. Структура, содержание, форма, техника исполнения. Основы обучения и тренировки. 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.		
	Самостоятельная работа обучающихся	6	ОК 9
	1.Изучение техники и методики преподавания гимнастических упражнений. Этапы обучения гимнастическим упражнениям.	2	ОК 10 ОК 12
	2.Принципы дидактики, методы и приёмы обучения.	2	ПК 2.1
	3.Составление конспекта «Этапы обучения двигательному действию»	2	ПК 2.2
Раздел 3. Виды гимнастических упражнений			ОК 4
Тема 3.1. Акробатические упражнения	Содержание учебного материала	18	ОК 6
	Назначение акробатических упражнений. Методика проведения акробатических упражнений в учебной группе. Страховка и помощь. Техника демонстрации прыжковых и балансовых упражнений. Акробатические соединения. Парная акробатика.		ОК 7 ОК 8 ОК 9
	Самостоятельная работа обучающихся	18	ОК10
	1. Методика проведения акробатических упражнений. Страховка и помощь	2	ОК12
	2. Методика проведения вольных упражнения	2	ПК 3.1
	3. Методика обучения акробатических упражнений: группировки, перекаты, кувырки вперед, назад в группировке.	2	ПК 2.4
	4. Методика обучения акробатических упражнений: стойка на лопатках, стойка на голове, стойка на руках.	2	
	5. Методика обучения акробатических упражнений: длинный кувырок вперед, кувырок прыжком, кувырок назад через плечо.	2	
	6. Акробатические соединения из школьной программы. Методика обучения. Страховка и помощь	2	
	7. Составление обучающей программы по акробатике.	2	
8. Составление конспекта по методике обучения акробатическим упражнениям	2		
9. Разработка презентации на тему: «Обучение акробатическим упражнениям»	2		
Тема 3.2. Упражнения на снарядах	Содержание учебного материала	30	ОК 1
	Опорные прыжки школьной программы. Игровые задания на опорном прыжке. Методика проведения опорных прыжков в учебной группе. Упражнения на бревне: элементы, виды ходьбы, повороты, равновесия, прыжки, вскок, соскоки. Комбинации на бревне. Методика проведения упражнений на бревне в учебной группе. Упражнения на брусьях: подъёмы, размахивания, кувырки, упоры, соскоки. Упражнения на перекладине: подъёмы, опускания, перемахи, обороты, соскоки. Методика проведения упражнений в висах в учебной группе.		ОК 2 ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 8 ОК 9
	Самостоятельная работа обучающихся	30	ОК 10
	1. Классификация гимнастических снарядов женского и мужского многоборья	2	ОК 12

	2. Опорные прыжки школьной программы	2	ПК 1.1. ПК 1.2 ПК 1.3. ПК 1.4 ПК 3.2. ПК 3.3
	3. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: вскок в упор присев и соскок прогнувшись, прыжок согнув ноги.	2	
	4. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: прыжки углом, прыжок боком.	2	
	5. Техника и методика обучения опорных прыжков школьной программы: прыжок ноги врозь.	2	
	6. Техника и методика обучения упражнений на брусьях: подъемы, кувырки, стойки, соскоки. Техника и методика обучения упражнений на брусьях разной высоты: висы, подъемы, спады, обороты, соскоки.	2	
	7. Выполнение упражнений на брусьях (низкие): подъемы, кувырки, стойки, повороты, соскоки. Выполнение упражнений на брусьях разной высоты: подъемы, обороты, спады, соскоки. Страховка и помощь при выполнении элементов.	2	
	8. Техника и методика обучения упражнений на перекладине: размахивание, подъемы, перемахи, соскоки. Техника и методика обучения упражнений на бревне: ходьба, повороты, вскок, соскоки.	2	
	9. Техника и методика обучения комбинаций на перекладине из школьной программы. Техника и методика обучения комбинаций на бревне из школьной программы.	2	
	10. Выполнение комбинаций на гимнастических снарядах.	2	
	11. Техника и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах	2	
	12. Составление программы обучения двигательным действиям.	2	
	13. Составление конспекта по методике обучения упражнениям на гимнастических снарядах	2	
	14. Составление учебных комбинаций на гимнастических снарядах	2	
	15. Разработка презентации «Разновидности опорных прыжков»	2	
Раздел 4. Формы и организация занятий по гимнастике			
Тема 4.1. Организация и проведение массовых мероприятий по гимнастике	Содержание учебного материала	8	ПК 3.1. ПК 3.2 ПК 3.3 ПК 3.4
	Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений. Организация и проведение соревнований. Виды и характеристика соревнований. Документы для проведения соревнований: положение, рабочие документы, график соревнований, заявки, список участников, протоколы. Система оценки. Содержание программы соревнований. Материально-техническое обеспечение соревнований.		
	Самостоятельная работа	8	
	1. Массовые гимнастические выступления: структура, правила подготовки, сценарный план, план репетиций, содержание выступлений	1	
	2. Судейство комбинаций на снарядах гимнастического многоборья	1	
	3. Разработка положения о соревнованиях по гимнастике в школе	1	

	4. Методика проведения производственной гимнастики	1	
	5. Составление сценария спортивного праздника с оздоровительной направленностью	1	
	6. Подготовить сообщение по теме «Особенности организации и судейства общешкольных соревнований»	1	
	7. Разработка содержания для видеофрагмента «Производственная гимнастика с различными группами населения»	1	
	8. Монтаж видеофрагмента «Производственная гимнастика с различными группами населения»	1	
Тема 4.2. Урок гимнастики в школе	Содержание учебного материала	26	ОК 1
	Урок гимнастики в школе: содержание, формы организации и методика проведения занятий по гимнастике в школе. Задачи обучения гимнастике в школе. Типы уроков. Структура урока по гимнастике. Программные требования. 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.	2	ОК 2 ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 8 ОК 9
	В том числе практических занятий	2	ОК 10
	1. Особенности разработки конструктора урока гимнастики	2	ОК 12
	Самостоятельная работа обучающихся	22	ПК 1.1.
	1. Правила формулировки методологии, постановка целей и задач урока	2	ПК 1.2
	2. Методика проведения урока по гимнастике в начальной школе.	2	ПК 1.3.
	3. Проведение урока в младших классах с последующим анализом.	2	ПК 1.4
	4. Сюжетно-ролевая форма проведения урока..	2	ПК 3.2.
	5. Методика проведения урока по гимнастике в средней школе.	2	ПК 3.3
	6. Проведение урока в 5-8 классах с последующим анализом.	2	
	7. Методика проведения урока по гимнастике в старшей школе.	2	
	8. Проведение урока в 9-11 классах с последующим анализом.	2	
	9. Подвижные игры и эстафеты на уроке гимнастики. Полоса препятствий на уроке гимнастики.	2	
10. Составление конспекта занятий по заданию.	2		
11. Подготовка к проведению урока по заданию преподавателя.	2		
	Итого	184	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет Гимнастики с методикой тренировки, 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).

Также реализация программы дисциплины требует наличия гимнастического зала, тренажерного зала.

Оборудование и используемый инвентарь: гимнастические снаряды, тренажеры, фитнес оборудование, гимнастический инвентарь.

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. – 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. - 312с. - 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 с. (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. - 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-е 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
Знания:		
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 анализ конкретных игровых ситуаций 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
Умения:		
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 видам физкультурно-спортивной деятельности;	демонстрирует и интерпретирует профессионально значимые двигательные действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с техникой их выполнения	оценка демонстрируемых 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	эксплуатирует оборудование и инвентарь для занятий	оценка демонстрируемых

различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;	различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями в процессе практической деятельности	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