Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Кислова Наталья Николаевна
Должность: Проректор по УМР и качеству образования
Дата подписания: 09.06.2025 08:44:49
Уникальный программный ключ:
52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Самарский государственный социально-педагогический университет»
Кафедра физического воспитания и спорта

Утверждаю
Проректор по учебно-методической
работе и качеству образования
_____ Н.Н. Кислова

Сафоненко Светлана Владимировна

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
«Теория и методика гимнастики»

Направление подготовки:
49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация выпускника
бакалавр

Рассмотрено
Протокол № 10 от 27.05.2025
Заседания кафедры физического воспитания и спорта

Одобрено
Начальник Управления
образовательных программ
_____ Н.А. Доманина

Самара 2025

Пояснительная записка

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) для промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика гимнастики» разработан в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940, основной профессиональной образовательной программой по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта с учетом требований профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27 апреля 2023 г. № 362н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 мая 2023 г., регистрационный № 73442); профессионального стандарта «01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых», приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №652-н от 22.09.2021 г. (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021г., регистрационный №66403).

Цель ФОС для промежуточной аттестации – установление уровня сформированности части компетенции.

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

Задачи ФОС для промежуточной аттестации - контроль качества и уровня достижения образовательных результатов по формируемым в соответствии с учебным планом компетенциям:

Общепрофессиональные компетенции:

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Знает:

- историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды гимнастики как базового вида спорта;
- терминологию гимнастики;
- основы обучения гимнастическим упражнениям (строевые действия, упражнения на снарядах);
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений.

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики;
- распределять на протяжении занятия средства гимнастики, с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике;
- использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств;
- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики;
- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;
- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики;
- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике;
- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике подбирать приемы и средства для их устранения.

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Имеет опыт:

- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;
- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики.

Требование к процедуре оценки:

Помещение: особых требований нет:

Расходные материалы: нет

Доступ к дополнительным справочным материалам не предусмотрен:

Нормы времени: 60 мин

Проверяемая (ые) компетенция (и):

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Знает:

- историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- значение и виды гимнастики как базового вида спорта;
- терминологию гимнастики;
- основы обучения гимнастическим упражнениям (строевые действия, упражнения на снарядах);
- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений.

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий (оценочные материалы):

Задание №1. Средство, позволяющее оценить знания, умения и владения обучающегося по учебной дисциплине. Рекомендуется для оценки знаний, умений и владений обучающихся. Комплект теоретических вопросов и практических заданий.

Вопросы

1.Характеристика гимнастики как одного из основных средств физического воспитания населения. (Привести примеры основных средств для различных групп населения).

2.Гимнастика как учебно-педагогическая и научная дисциплина. (Выделить общие признаки для разных дисциплин и частные, относящиеся к дисциплине гимнастика).

3.Средства гимнастики (краткая характеристика каждого из них). (Продемонстрировать методические особенности средств гимнастики).

4.Виды гимнастики (краткая характеристика каждой группы). (Привести примеры групп гимнастики для различного контингента населения).

5.Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.

6.Хактеристика оздоровительных видов гимнастики.

7.Характеристика спортивных видов гимнастики.

8. Гимнастическая терминология. Значение гимнастической терминологии. (Привести примеры, демонстрирующие знания и умения по данному вопросу).

9.Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. (Продемонстрировать требования с примерами и пояснениями).

10.Способы образования и правила применения терминов в гимнастике. (Привести примеры для каждого способа и правила применения терминов).

11.Правила условных сокращений гимнастической терминологии. (Привести пример ОРУ и показать на данном упражнении применение правил условных сокращений гимнастической терминологии).

12.Правила и формы записи общеразвивающих упражнений. (Продемонстрировать написание двух ОРУ).

13.Правила записи акробатических и вольных упражнений. (Продемонстрировать написание двух акробатических и вольных упражнений).

14.Правила записи упражнений на снарядах. (Продемонстрировать написание четырёх упражнений на снарядах (на выбор)).

15.Положения и движения звеньев тела. Положения прямых рук: основные, промежуточные; положения согнутых рук: стандартные, производные; движения рук. (Продемонстрировать все указанные положения самостоятельно, записать ОРУ, в котором прослеживаются положения прямых и согнутых рук, а также движения ими).

16. Положения и движения звеньев тела. Положения прямых ног: основные, промежуточные; положения согнутых ног: стандартные, производные; движения ног. (Продемонстрировать все указанные положения самостоятельно, записать ОРУ, в котором прослеживаются положения прямых и согнутых ног, а также движения ими).

17.Термины акробатических упражнений. (Охарактеризовать статические и динамические элементы, привести соответствующие примеры).

18. Средства гимнастики. Особенности гимнастических упражнений как средства физического воспитания.

19.Строевые упражнения: характеристика, содержание, применение. (Продемонстрировать на выбор эксперта, преподавателя - знания строевых упражнений (в рамках изученного материала)).

20.Общеразвивающие упражнения (ОРУ): характеристика, применение. (Продемонстрировать на выбор эксперта, преподавателя знания правил гимнастической терминологии, терминов ОРУ (наклон, выпад, сед, упор, присед) (в рамках изученного материала)).

21.Упражнения на снарядах: содержание, значение, место в уроке. (Продемонстрировать подбор ОРУ в подготовительной части урока для обучения кувырку вперёд, перевороту в сторону, прыжку через козла согнув ноги).

22.Прикладные упражнения: содержание, значение, применение. (Продемонстрировать подводящие упражнения для лазания по канату в 3 приёма).

23.Прыжки в гимнастике: содержание, значение, применение. (Охарактеризовать все фазы прыжка через козла ноги врозь, привести примеры подводящих упражнений).

24.Акробатические упражнения: содержание, значение, применение. (Продемонстрировать на примере двух акробатических упражнений).

25.Вольные упражнения: характеристика, значение, применение. (Составить комбинацию из четырёх элементов на выбор).

26.Правила и методика составления комплекса ОРУ. (Составить комплекс из 5 упражнений, из различных исходных положений, соблюдая правила гимнастической терминологии, правила записи ОРУ, при выполнении ОРУ должны быть задействованы не менее двух частей тела (звеньев).

27.ОРУ как метод развития физических качеств. (Продемонстрировать подбор ОРУ для физических качеств: гибкость - 4 упражнения; ловкость - 4 упражнения; сила - 5 упражнений; быстрота - 4 упражнения; выносливость - 4 упражнения; допускается демонстрация ОРУ на несколько физических качеств одновременно).

28.Методика проведения строевых упражнений. (На примере строевой команды (на выбор) продемонстрировать методику обучения и проведения на группе занимающихся).

29.Методика проведения общеразвивающих упражнений. (Привести пример ОРУ и продемонстрировать методику проведения, данного ОРУ на группе занимающихся).

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.1. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	Знает: - историю и современное состояние гимнастики, ее место и значение в физической культуре, науке и образовании; - значение и виды гимнастики как базового вида спорта; - терминологию гимнастики; - основы обучения гимнастическим упражнениям (строевые действия, упражнения на снарядах); - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений.	Пороговый уровень Перечисляются основные факты содержания теории и методики гимнастики и её методические особенности. Демонстрируются знания основных требований к гимнастической терминологии и программному материалу по теории и методике гимнастики.	6
		Продвинутый уровень Обучающийся обосновывает возможности применения разнообразных средств гимнастики в педагогическом взаимодействии, организации образовательного процесса по теории и методике гимнастики с использованием современных технологий и современных образовательных ресурсов в соответствии с требованиями образовательных стандартов и специальной профессиональной терминологии.	8
		Высокий уровень Обучающийся владеет техникой гимнастических упражнений и методикой обучения гимнастическим упражнениям в конкретных педагогических ситуациях с корректным применением гимнастической терминологии (правилами гимнастической терминологии, записью гимнастических упражнений, правилами записи общеразвивающих упражнений, правилами записи упражнений на снарядах, вольных, акробатических упражнений). Прослеживается свободная демонстрация примеров, в соответствии с поставленными задачами.	10

Проверяемая (ые) компетенция (и):

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Умеет:

- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся;
- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач;
- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики;
- распределять на протяжении занятия средства гимнастики, с учетом их влияния на организм занимающихся;
- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике;
- использовать средства гимнастики для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств;

- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики;

- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;

- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики;

- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике;

- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике подбирать приемы и средства для их устранения.

Проверяемый индикатор достижения компетенции:

ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.

Проверяемый (ые) результат (ы) обучения:

Имеет опыт:

- владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;

- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики.

Тип (форма) задания: письменная проверочная работа

Пример типовых заданий (оценочные материалы):

Задание 2. Разработайте конспект урока по Теории и методике гимнастики, согласно представленным задачам урока.

Цель: Формирование умений методически грамотно составить конспект урока по гимнастике, в котором подробно представлены средства, методы и организация учебного процесса.

Подготовить конспект для проведения урока по гимнастике, учитывая задачи урока, психофизиологические особенности контингента, и быть готовым провести урок на группе обучающихся.

Задачи урока по Теории и методике гимнастики

№1

1 класс

1. Учить комплексу ОРУ с малыми мячами.
2. Ознакомить с разновидностями группировок и перекатов в группировке.
3. Ознакомить с лазанием по гимнастической стенке.
4. Развивать силу и гибкость.

№2

1 класс

1. Учить ОРУ с большими мячами.
2. Учить разновидностям группировок, перекатов в группировке из упора стоя на коленях.
3. Учить лазанию по наклонной скамейке на четвереньках и получетвереньках.
4. Развивать ловкость и гибкость.

№3

1 класс

1. Учить ОРУ с гимнастической палкой.
2. Совершенствовать перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.
3. Проверить на оценку силовые способности. (См. таб. 1 в Комплексной Программе).

№4

1 класс

1. Учить ОРУ с обручем.
2. Ознакомить с основной стойкой, построением в колонну по одному, шеренгу и круг.
3. Ознакомить с упражнениями в равновесии: стойка на носках; стойка на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке); учить ходьбе по гимнастической скамейке с перешагиванием через мячи.
4. Учить шаги с подскоками, приставные шаги и шаг галопа в сторону.

№5

1 класс

1. Учить ОРУ без предметов.
2. Учить: размыканию на поднятые в стороны руки; поворотам направо и налево; учить командам: «Шагом марш!», «Класс стой!».
3. Учить повороты на 90 градусов и ходьбу по рейке гимнастической скамейке.
4. Определить уровень физической подготовленности учащихся: гибкость (см. табл. 1 Комплексная программа).

№6

2класс

1. Сообщить правила безопасности во время занятий гимнастикой на уроке.
2. Учить ОРУ с большими мячами.
3. Ознакомить со стойкой на лопатках согнув ноги.
4. Определить на оценку силовые способности (см. табл. 1 Комплексная программа).

№7

2 Класс

1. Учить ОРУ с обручем.
2. Учить перекату вперед в упор присев из стойки на лопатках согнув ноги.

3. Ознакомить с кувырком вперед.
4. Учить висам и упорам.

№8

2 класс

1. Учить размыканию и смыканию приставными шагами, перестроению из колонны по одному в колонну по два.
2. Учить ОРУ с малыми мячами.
3. Определить уровень физической подготовленности учащихся: челночный бег 3х10 м., прыжок в длину с места (см. табл. 1 Комплексная программа).

№9

2 класс

1. Учить перестроению из одной шеренги в две.
2. Продолжать учить лазанию по наклонной скамейке
3. Определить уровень физической подготовленности: гибкость.

№10

2 класс

1. Учить размыканию по команде: «На два, (четыре) шага разомкнись.
2. Учить ОРУ с гимнастическими палками.
3. Учить упражнениям в равновесии: стойке на двух и одной ногах с закрытыми глазами.
4. Развивать силу и гибкость.

№11

3 класс

1. Совершенствовать размыкания и смыкания приставными шагами.
2. Учить ОРУ с гимнастическими палками.
3. Учить перекатам в группировке с последующей опорой руками за головой; совершенствовать 2-3 кувырка вперед.
4. Учить висам и упорам (см. Компл. Прогр.).

№12

3класс

1. Учить команды: «Шире шаг!», «Реже!», «На первый – второй рассчитайся!».
2. Учить ОРУ с большими мячами.
3. Учить: стойке на лопатках; «мосту» из положения лежа на спине.
4. Совершенствовать лазание по наклонной скамейке (см. Компл. Прогр.).

№13

3класс

1. Учить упражнениям в равновесии: ходьбе по бревну приставными шагами, большими шагами и выпадами.
2. Учить ОРУ с обручами.
3. Проверить на оценку силовые способности (см. Компл. Прогр.).

№14

3 класс

1. Учить построению в две шеренги, перестроению из двух шеренг в два круга.
2. Совершенствовать: лазание по канату в 3 приема; перелезание через бревно, коня.
3. Определить уровень физической подготовленности учащихся: гибкость.

№15

3класс

1. Учить передвижениям по диагонали, противоходом, «змейкой».
2. Упражнения в равновесии: совершенствовать приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед.
3. Определить уровень физической подготовленности учащихся: прыжок в длину с места (см. Компл. Прогр.).

№16

4 класс

1. Учить ОРУ с гимнастическими палками.
2. Учить кувырок назад, совершенствовать кувырок вперед.
3. Определить уровень физической подготовленности: гибкость (см. Компл. Прогр.).

№17

4класс

1. Учить повороту кругом на месте; расчету по порядку.
2. Учить ОРУ с малыми мячами.
3. Учить вису: согнув ноги, завесом двумя.
4. Упражнения в равновесии: повороты прыжком на 90, 180 градусов.

№18

4класс

1. Учить командам: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!».
2. Учить вису прогнувшись, подниманию ног в висе на гимнастической стенке.
3. Определить уровень физической подготовленности: челночный бег 3х10 м.

№19

4класс

1. Учить перестроение из одной щеренги в три уступами.
2. Учить ОРУ с большими мячами.

3. Определить уровень физической подготовленности: прыжок в длину с места.

№20

4класс.

1. Учить перестроению из колонны по одному в колонну по три и четыре.
2. Учить комбинацию из акробатических упражнений (см. Компл. Прогр.).
3. Проверить на оценку силовые способности (см. Компл. Прогр.).

№21

5 класс

1. Учить перестроению из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением, из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием.
2. Учить ОРУ в парах.
3. Учить висам прогнувшись и согнувшись (М); учить смешанным висам (Д).
4. Учить вскоку в упор присев (козел в ширину).

№22

5класс

1. Учить сочетанию различных положений рук, ног, туловища при выполнении ОРУ.
2. Учить опорный прыжок: вскок в упор присев и соскок прогнувшись (козел в ширину).
3. Учить различные сочетания кувырков вперед и назад; совершенствовать стойку на лопатках.
4. Совершенствовать координационные упражнения на бревне.

№23

5класс

1. Учить ОРУ: с набивными мячами (М), с обручами (Д).
2. Развивать силу с помощью лазания: по канату, гимнастической стенке.
3. Совершенствовать и оценить стойку на лопатках и кувырок назад в полушпагат.

№24

6класс

1. Учить строевому шагу, размыканию и смыканию на месте.
2. Учить ОРУ с гимнастическими палками.
3. Ознакомить с прыжком ноги врозь (козел в ширину).
4. Учить два кувырка вперед слитно (М), мост из положения стоя (Д).

№ 25

6класс

1. Учить ОРУ с обручами (Д), с гантелями (М).
2. Учить упражнения в висах и упорах (см. Компл. Прогр.).
3. Учить прыжку ноги врозь (козел в ширину).
4. Развивать гибкость в упражнениях на гимнастической стенке.

№26

7 класс

1. Учить выполнению команд: «Полповорота напра-во!», «Короче шаг!», «Пол шага!», «Полный шаг!».
2. Учить упражнениям в висах и упорах (см. Компл. Прогр.).
3. Совершенствовать акробатическую комбинацию из ранее изученных элементов.
4. Учить ОРУ с гантелями (М), с обручами (Д).

№27

7 класс

1. Учить ОРУ в парах
2. Учить зачетную комбинацию на брусьях в висах и упорах.
3. Определить уровень физической подготовленности (на выбор).

№28

8 класс

1. Учить команде «Прямо!».
2. Развивать гибкость с помощью упражнений с партнером.
3. Учить кувырок назад в упор стоя ноги врозь (М), учить «мосту» и повороту в упор стоя на одном колене (Д).
4. Учить опусканию из упора на н/ж в вис присев (Д), учить опусканию из виса на подколенках через стойку на руках в упор присев.

№29

8 класс

1. Учить поворотам в движении направо и налево.
2. Учить длинным кувыркам вперед и стойке на голове и руках (М); учить кувырки вперед, назад в соединениях с другими акробатическими упражнениями.
3. Учить прыжок согнув ноги козел в длину (М); прыжок боком с поворотом на 90 градусов конь в ширину.
4. Совершенствовать упражнения с обручем.

№30

9 класс

1. Учить переходу с шага на месте на ходьбу в колонне и шеренге.
2. Учить ОРУ в парах.

3. Совершенствовать стойку на голове и руках из упора присев (М); совершенствование равновесие на одной, выпад вперед, кувырок вперед (Д).

4. Учить прыжок согнув ноги (козел в длину) (М); прыжок боком (конь в ширину) (Д).

№31

9 класс

1. Учить перестроению из колонны по одному в колонну по два, по четыре в движении.
2. Развивать гибкость в упражнениях на гимнастической стенке и с партнером.
3. Ознакомить с подъемом переворотом махом и силой (М); ознакомить с висом прогнувшись на н/ж с опорой ступнями на в/ж (Д).
4. Учить длинному кувырку вперед с трех шагов разбега (М); совершенствовать и оценить кувырок вперед из различных исходных положений (Д).

№32

10 класс (Юноши)

1. Учить повороты в движении кругом.
2. Учить ОРУ с гантелями (до 8 кг.)
3. Учить стойке на плечах из седа ноги врозь (брусья параллельные), подъем в упор силой (перекладина).
4. Учить стойке на руках с помощью; совершенствовать кувырок через препятствие высотой 90 см.

№33

11 класс (Юноши)

1. Учить перестроению из колонны по одному в колонны по два, по четыре, по восемь в движении.
2. Учить подъем переворотом, подъем разгибом до седа ноги врозь, соскок махом назад (брусья).
3. Учить кувырок назад через стойку на руках с помощью.
4. Учить прыжок ноги врозь через коня в длину высотой 120-125 см.
5. Развивать скоростно-силовые способности в упражнениях со скакалкой, в метении набивного мяча.

№34

10 класс (Девушки)

1. Учить комбинации ОРУ с мячом.
2. Учить прыжку углом с косого разбега толчком одной и махом другой.
3. Учить подъему в упор на в/ж толчком ног.
4. Совершенствовать комбинацию из ранее изученных акробатических упражнений.

№35

11 класс (Девушки)

1. Учить комбинации ОРУ со скакалкой.
2. Учить равновесию на н/ж; учить упору присев на одной ноге.
3. Учить стойку на лопатках после переката из седа углом. Развивать гибкость в упражнениях на гимнастической стенке и с партнером.

Оценочный лист к типовому заданию (модельный ответ):

Компетенции	Результаты обучения	Формальные признаки сформированности компетенций	Шкала оценивания
ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	Умеет: - применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся; - использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике в зависимости от поставленных задач; - использовать в своей деятельности терминологию гимнастики; - распределять на протяжении занятия средства гимнастики, с учетом их влияния на организм занимающихся; - показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике; - использовать средства гимнастики для проведения	Пороговый уровень. Разработан план-конспект, отвечающий задачам урока, соответствующего контингента занимающихся. Полно и логично формулируются образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи урока, выстраивается учебный материал, демонстрируется правильные определения, понятия, техника двигательных действий и методические указания.	12
		Продвинутый уровень. Разработан план-конспект, отвечающий задачам урока, соответствующего контингента занимающихся. В конспекте решаются конкретные задачи: воспитательные, образовательные, оздоровительные. Присутствует наличие элементов творчества, новизны, оригинальности. В конспекте демонстрируется разнообразие физических упражнений и вариативность интенсивности их выполнения. Присутствует взаимосвязь в цели, задачах и содержании урока с предыдущими и последующими занятиями. Демонстрируется достаточно глубокое и доказательное обоснование своих	16

	подготовительной части занятий, формирования жизненно необходимых навыков и развития физических качеств; - использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств гимнастики; - организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений; - контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики; - оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике и определять ошибки в технике; - определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике подбирать приемы и средства для их устранения.	суждений и приводятся свои примеры общеразвивающих, подготовительных и подводящих упражнений, демонстрируются приёмы оценки выполнения гимнастических элементов согласно правилам соревнований.	
		Высокий уровень. Разработан план-конспект, отвечающий задачам урока, соответствующего контингента занимающихся. Излагается материал последовательно и правильно с точки зрения обще дидактических и специально-методических закономерностей построения урока, с учетом всех требований, норм, специальной терминологии, правил соревнований, готов применить знания и умения на практике.	20
ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.	Имеет опыт: - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики.		

Методические материалы, определяющие процедуру и критерии оценивания сформированности компетенций при проведении промежуточной аттестации

Задание 1. Письменная проверочная работа

Задания представляет собой, перечень вопросов, опирающихся на содержание дисциплины, освоенных обучающимися в соответствии с учебным планом по предмету Теория и методика гимнастики.

Критерии оценивания

10 баллов - обучающийся правильно ответил на теоретический вопрос. Показал отличные знания в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы.

8 баллов - обучающийся ответил на теоретический вопрос с небольшими неточностями. Показал хорошие знания в рамках усвоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов.

6 баллов - обучающийся ответил на теоретический вопрос с существенными неточностями. Показал удовлетворительные знания в рамках усвоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено много неточностей.

Задание №2. Письменная проверочная работа.

Подготовка конспекта урока по Теории и методике гимнастики.

Цель: Формирование умений методически грамотно составить конспект урока по гимнастике, в котором подробно представлены средства, методы и организация учебного процесса.

Подготовить конспект для проведения урока по гимнастике, учитывая задачи урока, психофизиологические особенности контингента, и быть готовым провести урок на группе обучающихся. Обучающийся выбирает номер задачи и готовит конспект согласно требованиям, предъявляемым к уроку гимнастики.

Конспект оценивается по:

- форме,
- грамотному использованию терминологии,
- качеству подбора средств и методов решения педагогических задач,
- организации деятельности занимающихся.

Обучающиеся решают следующие задачи:

- знание теоретического и методического материала дисциплины Теория и методика гимнастики;
- умение самостоятельно использовать информационные источники при подготовке к проведению урока;
- владение понятиями, терминологией предмета;
- умения, связанные с организацией деятельности занимающихся;
- умения использовать современные методы и технологии обучения и диагностики физических способностей.

План-конспект урока по теории и методике гимнастики

класс
Тема урока:
Тип урока:
Цель урока:
Задачи урока:
1. Образовательные:
2. Оздоровительные:
3. Воспитательные:
Место проведения:
Инвентарь:

Конспект оформляется согласно приведённой таблице

Часть урока	Содержание	Дозирование нагрузки	Организационные указания	Методические указания

Критерии оценивания конспекта

10 баллов - *обучающийся* правильно выполнил практическое задание: конспект - структурирован, все требования к уроку демонстрируются в конспекте. Показал отличные умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на все дополнительные вопросы.

8 баллов - *обучающийся* выполнил практическое задание: конспект написан с небольшими неточностями, требования к уроку демонстрируются в конспекте мелкими замечаниями. Показал хорошие умения в рамках освоенного учебного материала. Ответил на большинство дополнительных вопросов.

6 баллов - *обучающийся* выполнил практическое задание: конспект написан с существенными неточностями, требования к уроку демонстрируются частично. Показал удовлетворительные умения в рамках освоенного учебного материала. При ответах на дополнительные вопросы было допущено много неточностей.

За каждые выполненные задания начисляются баллы в соответствии с критериями оценивания, прописанными в оценочном листе. Затем баллы суммируются и определяется уровень сформированности части компетенций по предложенной ниже таблице.

Итоговая оценка ФОС по дисциплине «Теория и методика гимнастики»

Типы заданий	Пороговый уровень	Продвинутый уровень	Высокий уровень
Задание № 1	6	8	10
Задание № 2	12	16	20
Общий балл	18	24	30