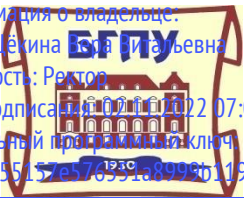


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шекина Ольга Витальевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 02.11.2022 07:09:21
Уникальный идентификатор ключа:
a2232a55157es76551a899b1190892af58989420420336ffbf606a7d431199



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

**Декан факультета
физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО «БГПУ»**


О.В. Юречко
« 22 » марта 2019 г.

**Рабочая программа дисциплины
ГИМНАСТИКА**

**Направление подготовки
49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯ-
НИИ ЗДОРОВЬЯ
(адаптивная физическая культура)**

**Профиль
«АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята на заседании кафедры
Теории и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	7
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	8
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	10
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	13
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	26
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ	42
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	43
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	43
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	46
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	47



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: Формирование у студентов факультета физическая культура и спорта специальных знаний и умений в области теории и методики преподавания гимнастики, обогащение занимающихся двигательным опытом, формирование организаторских и профессионально - прикладных умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности, развитие и самореализация творческого потенциала личности.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Гимнастика» относится к блоку Б1 дисциплин Б1.О.23.01. Гимнастика взаимосвязана с педагогикой физической культуры и спорта, теорией и методикой обучения, теорией и методикой физического культуры, а также дисциплин базовой части профессионального цикла.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: ОПК-1, ОПК-13, ОПК-14:

- **ОПК – 1.** 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 лиц с отклонениями в состоянии здоровья, индикаторами достижения которой являются:

- ОПК - 1.1 Применяет в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.

- ОПК - 1.2 Проводит физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

- **ОПК – 13.** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся, индикаторами достижения которой являются:

- ОПК - 13.1 Умеет планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

- ОПК – 13.2 Воспринимает с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использует полученную информацию при планировании и построении занятий.

- **ОПК – 14.** Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, индикаторами достижения которой являются:

- ОПК – 14.1 Понимает значимость обеспечения безопасности при занятиях физической культурой и спортом с людьми с ограниченными возможностями здоровья.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

• ОПК – 14.2 Демонстрирует соблюдение правил техники безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, обеспечивая профилактику травматизма, показывает навыки оказания первой помощи.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины обучающийся должен

– **знать:**

- историю развития гимнастики как жизненно необходимого навыка, вида спорта, а также как вида физических упражнений, имеющего оздоровительное и прикладное значение;

- основные этапы, принципы, средства и методы обучения технике гимнастических упражнений;

- основы теории и методики преподавания в гимнастики;

- приемы общения с занимающимися на занятиях гимнастикой, с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;

- основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой с лицами с ограниченными возможностями в здоровье;

- методы и организацию комплексного контроля при занятиях гимнастикой;

- основы возрастно-половых закономерностей развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой;

- содержание, формы, методы планирования занятий гимнастикой в школе;

– **уметь:**

- подбирать и применять на занятиях гимнастикой адекватные поставленным задачам современные методы и средства по признаку их влияния на организм во взаимодействии с субъектами образовательного процесса;

- оценивать эффективность занятий гимнастикой, анализировать технику гимнастических упражнений, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения; оценивать уровень общей и специальной физической подготовки занимающихся;

- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиями, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;

- планировать и проводить мероприятия по предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой;

- формировать потребность в ведении здорового, физически активного образа жизни, приверженность к регулярным занятиям различными видами гимнастики;

– **владеть:**

- практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика»;

- применения гимнастической терминологии в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы;

- рациональной организации и проведения занятий по гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся;



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

- применения средств гимнастики для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся, формирования здорового образа жизни на основе потребностей в физической активности;
- анализа и коррекции техники двигательных действий для эффективного обучения им;
- планирования и проведения мероприятия по профилактике травматизма на занятиях.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Гимнастика» составляет 5 з.е. (180 ч.).

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Количество часов	ЗЕ
1	Теория и методик гимнастики	1	1, 2	180	5

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и лабораторных занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа обучающихся по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		1	2
Общая трудоемкость	180	72	108
Контактная работа	72	36	36
Аудиторные занятия	72	32	40
Лекции	8	4	4
Лабораторные занятия	64	28	36
Самостоятельная работа	72	40	32
Вид итогового контроля	36	зачет	экзамен

2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1 Очная форма обучения

Учебно-тематический план

№	Наименование тем (разделов)	Всего часов	Аудиторные занятия		Самост. работа
			Лекции	Лабор. работа	
1.	Урочная форма занятий гимнастикой.	22	2	10	10
2.	Строевые упражнения	14	-	7	7
3.	Общеразвивающие упражнения для лиц с ограниченными возможностями.	20	2	8	10
4.	Методика обучения гимнастическим упражнениям в адаптивной физической культуре	26	1	11	14
5.	Упражнения на гимнастических снарядах	40	1	19	20
6.	Нетрадиционные виды гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье	10	1	4	5



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

7.	Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.	12	1	5	6
Экзамен		36	-	-	-
ИТОГО		180	8	64	72

Интерактивное обучение по дисциплине

№	Наименование тем (разделов)	Вид занятия	Форма интерактивного занятия	Кол-во часов
1.	Строевые упражнения.	Лабораторная	-работа в парах, по отделениям	5
2.	Общеразвивающие упражнения для лиц с ограниченными возможностями.	Лабораторная	-работа по отделениям, -творческое выполнение заданий	5
3.	Методика обучения гимнастическим упражнениям в адаптивной физической культуре	Лабораторная	-проведение методики обучения технике гимнастического упражнения; -педагогический анализ и самоанализ; - работа в парах, по отделениям.	5
4.	Упражнения на гимнастических снарядах.	Лабораторная	-разучивание комбинаций, составленных кафедрой -выполнение на оценку - работа по отделениям;	5
5.	Тема. Нетрадиционные виды гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье	Лабораторная	-работа по отделениям;	2
ИТОГО			22 часа	

3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)

Тема 1. Урочная форма занятий гимнастикой.

Общие методические положения. Выбор средств, плотность урока. Урок гимнастики в школе: основные задачи и требования к уроку. Планирование (программы, тематический план, план-конспект урока) и учёт. Подготовительная, основная и заключительная часть урока. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

Тема 2. Строевые упражнения.

Назначения и особенности строевых упражнений, основные группы строевых упражнений, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.

Практическое выполнение: строй, повороты на месте и в движении, перестроение из одной шеренги в две, три и обратно, перестроение уступами из шеренги, обход, диагональ, противоход, змейка, круг, размыкание и смыкание, перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три одновременными поворотами налево (направо).

Тема 3. Общеразвивающие упражнения для лиц с ограниченными возможностями.

Характеристика упражнений. Классификация упражнений и программный материал, правила и формы записи общеразвивающих упражнений. Упражнения для формирования правильной осанки. Составление комплексов общеразвивающих упражнений для лиц с различным отклонением в состоянии здоровья, правила подбора упражнений, методика проведения ОРУ, особенности проведения ОРУ с предметами, обучение ОРУ, дозировка ОРУ. ОРУ без предмета, с предметами, в парах, в тройках, в колоннах и шеренгах, в кругу, под музыку – методика проведения комплекса упражнений (каждым студентом).

Тема 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям в адаптивной физической культуре

Техника и методика обучения основным упражнениям (ходьба, бег, упражнения в равновесии, упражнения в лазанье и др.). Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в основе. Общие правила анализа техники исполнения гимнастических упражнений. Основные средства гимнастики. Теоретические и методологические основы обучения. Знания, двигательные умения, навыки и способности занимающихся. Подготовительные и подводящие упражнения. Обучение гимнастическим упражнениям: этап ознакомления с изучаемым упражнением; этап разучивания упражнения, этап закрепления и совершенствования техники исполнения упражнения. Принципы, методы, приёмы и условия для успешного обучения гимнастическим упражнениям лиц с отклонением в здоровье.

Тема 5. Упражнения на гимнастических снарядах.

Упражнения на коне с ручками. Характеристика. Техника упражнений и их классификация (общеразвивающие, прикладные, специальные, спортивные (упоры, круги, перемачи, соскоки и т.д.)

Упражнения на перекладине. Характеристика упражнений: упражнения в висах, упражнения в упорах, простейшие переходы, соскоки.

Упражнения на брусья. Характеристика упражнений. Специальные упражнения для развития мышц рук. Маховые упражнения (соскоки, повороты, подъемы и т.д.). Страховка. Последовательность разучивания.

Упражнения на брусья разной высоты. Упражнения общеразвивающего и прикладного характера. Основные упражнения: висы, упоры, размахивания, подъёмы, соскок и т.д.

Упражнения на бревне. Характеристика упражнений. Основы техники упражнений. Особенности обучения и организация занятий. Основные упражнения: вскоки, шаги, повороты, бег, равновесие, полушпагат, упоры, прыжки, соскоки.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

-вольные упражнения: (практическое выполнение студентами всех упражнений входящие в содержание школьной программы по гимнастике «Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов» Лях В.И., Зданевич А.А.)

Упражнения на кольцах Характеристика упражнений: упражнения в висах, упражнения в упорах, простейшие соскоки. Страховка. Последовательность разучивания.

Лазание по канату. Характеристика упражнений: лазание в три приёма. Страховка. Последовательность разучивания.

Опорные прыжки. Характеристика упражнений. Страховка. Последовательность разучивания.

Тема 6. Нетрадиционные виды гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье.

Характеристика нетрадиционных видов гимнастики (оздоровительная, дыхательная, атлетическая, ритмическая, корригирующая и тд). Значение и задачи нетрадиционных видов гимнастики для лиц с ограниченным здоровьем. Использование их специфических средств и методов в целях направленного воздействия на функциональное улучшения организма, психических и двигательных функций. Составление комплексов упражнений для лиц различных назальных групп.

Тема 7. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

Причины травматизма и способы его предупреждения. Характеристика травм и их профилактика. Врачебный контроль и самоконтроль. Требования к местам проведения занятий. (обучение приёмам страховки и помощи) - страховка, помощь и самостраховка как меры предупреждения травматизма.

4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Материалы учебной дисциплины предоставляют возможность студентам получить представление о теоретических основах гимнастики, акцентировать внимание на важнейших аспектах теории и методики гимнастики, их методологии, закономерностях процесса обучения с целью формирования знаний, умений и навыков, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

В процессе изучения данного курса необходимо обращаться к формированию у студентов специальных знаний в области гимнастических упражнений, обучения новым видам движений, совершенствование функций организма лиц с ограниченными возможностями в здоровье. При этом особый акцент делается на формирование организаторских и обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности.

Материалы практических занятий позволяют студентам развить психомоторных способностей, необходимых для успешного овладения техникой гимнастических упражнений, бытовыми, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками; на основе использования специальной литературы и источников понять основы организации учебно-тренировочного процесса занятий адаптивной физкультурой, адаптации к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями в здоровье.

Практикум по дисциплине представлен учебно-методическим материалом по подготовке к практическим занятиям. Дидактические материалы для контроля



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

(самоконтроля) усвоения учебного материала содержат примерные вопросы итогового контроля, а также перечень тестовых заданий, материалы для творческих заданий, собеседований, темы рефератов, кейс-задач, контрольных работ, и т.д. Раздел программы «Список литературы» – расширенный и позволяет использовать материалы не только для подготовки к аудиторным занятиям, но и для организации самостоятельной работы, а также для расширения собственных представлений по отдельным аспектам изучаемой дисциплины.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Очная форма обучения

№	Наименование раздела (темы)	Формы/виды самостоятельной работы	Количество часов, в соответствии с учебно-тематическим планом
1.	Урочная форма занятий гимнастикой	Подготовка конспектов для проведения урока по гимнастике в школе, изучение основной и дополнительной литературы	10
2.	Строевые упражнения	Развитие физических качеств, приобретение навыков организации по заданию преподавателя, изучение специальной литературы	7
3.	Общеразвивающие упражнения для лиц с ограниченными возможностями	Подготовка конспектов для проведения общеразвивающих упражнений для различных назальных групп, изучение основной и дополнительной литературы	10
4.	Методика обучения гимнастическим упражнениям в адаптивной физической культуре	Подготовка конспектов по методике обучения гимнастическим упражнениям, изучение основной и дополнительной литературы	14
5.	Упражнения на гимнастических снарядах	Развитие физических качеств по заданию преподавателя, изучение специальной литературы	20
6.	Нетрадиционные виды гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье	Подготовка конспектов занятий по заданию преподавателя, изучение специальной литературы	5
7.	Предупреждение травматизма на занятиях по гим-	Развитие физических качеств по заданию преподавателя,	6



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

	настике	изучение специальной литературы	
ИТОГО			72

5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Тема 1. Урочная форма занятий гимнастикой.

Содержание

1. Место гимнастики в структуре предмета физическая культура.
2. Содержание задач урока: оздоровительной, образовательной, воспитательной.
3. Основные требования к проведению урока по гимнастике.
4. Выбор средств и методов в зависимости от задач урока.
5. Общая и моторная плотность на уроке гимнастика.

Литература:

1. Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94
2. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.
3. Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)
4. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.
5. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 2. Строевые упражнения

Содержание:

1. Практическое выполнение строевых упражнений: строй, повороты на месте, основные группы строевых упражнений, построения в колонну в шеренгу, передвижения в обход, диагональ, противоход, змейка, круг.
2. Методика обучения и анализ.

Литература:

1. Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94
2. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.
3. Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

4 Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.

5 Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 3. Общеразвивающие упражнения

Содержание

1. ОРУ без предмета, с предметами, в парах, в тройках, в колоннах и шеренгах, в кругу.
2. Проведения комплекса упражнений (каждым студентом).

Литература:

1 Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94

2 Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.

3 Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)

4 Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.

5 Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 4. Методика обучения гимнастическим упражнениям в адаптивной физической культуре

Содержание:

1. Ходьба, бег, передвижение.
2. Висы, упоры.
3. Основные средства гимнастики.

Литература:

1 Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94

2 Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.

1. Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)

2. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 5. Упражнения на гимнастических снарядах

Содержание

1. Переползании: на четвереньках, на получетвереньках на боку, по-пластунски, отползание в сторону, переползание с партнером и грузом.
2. Лазание по гимнастической стенке: в простых и смешанных висах и упорах в вертикальном, горизонтальном и косом (наклонном) направлениях, выполняемое индивидуально и вдвоем.
3. Лазание по гимнастической скамейке: установленной в горизонтальном и наклонном положении: в простом и смешанном висах, в упоре стоя на коленях, в упоре присев и в упоре лежа на согнутых руках.
4. Лазание по гимнастической лестнице: установленной в горизонтальном и наклонном положении: по верхней сторонке в простых и смешанных висах; перелазание и пролезание.
5. Лазание по канату: по одному и двум вертикальным канатам в висе поочередными и одновременными перехватами (для мужчин); в смешанном висе с перелезанием на другой канат (для женщин); в три приема.
6. Упражнения в равновесии на полу и на возвышающейся опоре на месте и в движении, ходьба различными способами (вперед, назад, в сторону, в сцеплении за руки, с хлопками, выпадами и т.д.). Опускание в упор присев и на колено.
7. Статические положения: вертикальное равновесие, стоя на одной ноге поперек и продольно.
8. Вскоки: в упор продольно с дополнительной опорой на конец бревна; в упор продольно одной ногой в сторону, в сед на бедро; в упор ноги врозь правой (левой) одноименным перемахом, упор стоя на колено.
9. Соскоки: прогнувшись вперед, в сторону, назад; прогнувшись махом одной и толчком другой с конца бревна.
10. Прыжки в глубину: из упора и смешанных упоров, из стойки толчком двух ног и шагом вперед (махом одной) с различными положениями рук с поворотом и без них: из виса махом ног вперед и назад с поворотом и без них.
11. Прыжки с пружинного мостика: с различными положениями рук и ног (согнув ноги, согнув ноги назад, ноги врозь, прогибаясь, сгибаясь-разгибаясь и т.п.) с поворотами и без них.
12. Перекаты: назад, вперед, в сторону (прогнувшись и в группировке), из стойки на одном и двух коленях в сцеплении за руки и за ноги (вдвоем).
13. Кувырки: вперед и назад из различных исходных положений и различные конечные положения, в сцеплении под руки в парах и в шеренгах; длинный кувырок; кувырок прыжком.
14. Мост: из положения лежа на спине, наклоном назад, поворот налево в упор присев.
15. Висы: вис, вис на согнутых руках, согнувшись, прогнувшись.
16. Соскоки; махом назад; махом назад из виса согнувшись; перевороты назад из виса прогнувшись.
17. Конь с ручками: вскоки в смешанные упоры и соскоки в группировке и



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

прогибаясь с поворотами и без поворотов; прыжки согнув ноги и ноги врозь.

18. Козел в ширину вскоки в смешанные упоры и соскоки в группировке и прогибаясь с поворотами и без поворотов; прыжок ноги врозь.

Литература:

1 Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94

2 Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.

3 Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)

4 Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.

5 Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 6. Нетрадиционные виды гимнастики для лиц с отклонениями в здоровье

Содержание

1. Виды, средства и методы нетрадиционных видов гимнастики
2. Методика преподавания ритмическую гимнастику (аэробику, фитнес)
3. Методика преподавания атлетическую гимнастику (бодибилдинг)
4. Методика преподавания шейпинга, стретчинга, дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз.

Литература:

1 Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94

2 Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.

3 Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с

4 Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.

5 Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

Тема 7. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

Содержание

1. Виды травм. Роль учителя в случае травматизма на уроке
2. Причины травматизма на занятиях по гимнастике.
3. Требования к местам проведения занятий. Правильность установки и крепление снарядов.
4. Способы предупреждения травматизма на занятиях гимнастики.
5. Виды страховки. Зависимость страховки от сложности упражнений.



6.Самостраховка как меры предупреждения травматизма.

7.Виды физической помощи.

Литература:

1 Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94

2 Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.

3 Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.)

4 Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.

5 Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА

6.1 Оценочные средства, показатели и критерии оценивания компетенций

Индекс компетенции	Оценочное средство	Показатели оценивания	Критерии оценивания сформированности компетенций
ОПК-1, ОПК-13, ОПК-14	Творческое задание	Оценка «5»	или при рейтинговой системе 9-10 баллов
		Оценка «4»	или при рейтинговой системе 7-8 баллов
		Оценка «3»	или при рейтинговой системе 5-6 баллов
		Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	Ответ студенту не зачитывается если: студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

	Собеседование		формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно излагает материал.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	Студент обнаруживает знание и понимание основных положений вопроса, но: излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	если в ответе допущены малозначительные ошибки и недостаточно полно раскрыто содержание вопроса; если допущено 1-2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.
	Деловая игра	Оценка «5»	или при рейтинговой системе 9-10 баллов
		Оценка «4»	и при рейтинговой системе 7-8 баллов
		Оценка «3»	и при рейтинговой системе 5-6 баллов



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

	Кейс-задача	Оценка «5»	студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка или при рейтинговой системе 9-10 баллов
		Оценка «4»	и при рейтинговой системе 7-8 баллов
		Оценка «3»	и при рейтинговой системе 5-6 баллов
	Тест	оценка «отлично»	ставится в том случае, если общая сумма баллов за правильные ответы составляет от 81 до 100 % от количества вопросов
		оценка «хорошо»	71-80 %
		оценка «удовлетворительно»	51-70 %;
		оценка «неудовлетворительно»	50 и менее %.
		Низкий – до 60 баллов (неудовлетворительно)	ставится, если: не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены по-



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

			сле нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.
		Пороговый – 61-75 баллов (удовлетворительно)	ставится, если: неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;
	Зачет		имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов; при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации
		Базовый – 76-84 баллов (хорошо)	ставится, если ответ студента удовлетворяет в основном требованиям на оценку «5», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены один - два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию экзаменатора; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию экзаменатора
		Высокий – 85-100 баллов (отлично)	полностью раскрыто содержание материала билета; материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология;



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

			показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации; продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков; ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов; допущены одна - две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию
УК-7, ОПК-1	экзамен	«Отлично»	1. Полно раскрыто содержание материала билета. 2. Материал раскрыт грамотно, в определенной логической последовательности, точно используется терминология. 3. Показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации. 4. Продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость компетенций, умений и навыков. 5. Ответ прозвучал самостоятельно без наводящих вопросов. 6. Допущено 1-2 неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.
		«Хорошо»	1. В изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие основного ответа. 2. Допущены 1-2 недочета при освещении основного содержания ответа исправленные по замечанию экзаменатора. 3. Допущена ошибка или более двух недочетов при освещении



			второстепенных вопросов, которые легко исполняются по замечанию экзаменатора.
		«Удовлетворительно»	1. Неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее содержание вопроса и продемонстрированы умения и достаточные для дальнейшего усвоения материала. 2. Имелись затруднения, или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов. 3. При неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций, умений и навыков, студент не может применить теорию в новой ситуации.
		«Неудовлетворительно»	1. Нераскрыто основное содержание учебного материала. 2. Обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала. 3. Допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов. 4. Несформированы компетенции, умения и навыки.

6.2 Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине

Промежуточная аттестация является проверкой всех знаний, навыков и умений обучающихся, приобретённых в процессе изучения дисциплины. Формой промежуточной аттестации по дисциплине является зачёт/экзамен.

Для оценивания результатов освоения дисциплины применяется следующие критерии оценивания.

Критерии оценки ответа на зачете

Оценка «зачтено» выставляется обучающемуся, если:

- содержатся малозначительные ошибки при изложении учебного материала, владение основными понятиями учебной дисциплины;



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

- правильная формулировка основных аспектов изучаемой учебной дисциплины, аргументированное обоснование своих суждений, приведены примеры;
- незначительные недочёты в последовательности изложения материала;
- дан ответ на половину дополнительных вопросов

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, если:

- отсутствует представление о большей части учебного материала, встречаются грубые ошибки, имеет место слабое владение понятийным аппаратом учебной дисциплины;
- продемонстрирована неспособность сформулировать основные аспекты изучаемой учебной дисциплины; искажение их смысла;
- имеет место беспорядочное изложение материала;
- отсутствуют ответы на дополнительные вопросы.

Результаты сдачи зачетов оцениваются отметкой «зачтено», если обучающийся усвоил 60 % и более знаний по предмету.

Критерии оценки ответа на экзамене:

Оценки «отлично» заслуживает обучающийся, если:

- показал всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, предусмотренного программой дисциплины;
- знакомому с различными видами источников информации по дисциплине;
- умеет творчески, осознанно и самостоятельно выполнять задания, предусмотренные программой дисциплины;
- свободно владеет основными понятиями и терминами по дисциплине;
- безупречно выполнил в процессе изучения дисциплины все задания, которые были предусмотрены формами текущего контроля.
- самостоятельно и свободно применяет полученные знания при анализе и решении практических задач.

Оценки «хорошо» заслуживает обучающийся, если он в своём ответе:

- показал знание учебного материала, предусмотренного программой, в полном объёме, при наличии отдельных недочётов;
- успешно выполнил все задания, предусмотренные формами текущего контроля;
- показал систематический характер знаний по дисциплине и способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в ходе учебы;
- имеет хорошее представление об источниках информации по дисциплине;
- знает основные понятия по дисциплине;
- стремится самостоятельно использовать полученные знания при анализе и решении практических задач.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он в своём ответе:

- показал знание основного учебного материала, предусмотренного программой дисциплины, в объеме, необходимом, для дальнейшей учебы и работы по специальности;
- имеет общее представление об источниках информации по дисциплине;
- справился с выполнением большей части заданий, предусмотренных формами текущего контроля;
- допустил ошибки при выполнении экзаменационных заданий;
- имеет общее представление об основных понятиях по дисциплине;



• работает под руководством преподавателя при анализе и решении практических задач.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он в своём ответе:

- показал серьёзные пробелы в знании основного материала, либо отсутствие представления о тематике, предусмотренной программой дисциплины,
- допустил принципиальные ошибки в выполнении экзаменационных заданий;
- не выполнил большую часть заданий, предусмотренных формами текущего контроля;
- имеет слабое представление об источниках информации по дисциплине или не имеет такового полностью;
- показал отсутствие знаний основных понятий по дисциплине;
- продемонстрировал неспособность анализировать и решать практические задачи.

6.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины

Творческие задания

1. Составление комплексов общеразвивающих упражнений:
 - для дошкольного возраста;
 - младшего школьного возраста;
 - среднего школьного возраста.
2. Составление комплексов общеразвивающих упражнений для лиц с отклонением в здоровье.

Вопросы для собеседования

1. Правило составления гимнастических упражнений.
2. Постановка задач при составлении комплекса общеразвивающих упражнений.
3. Определение исходного положения при составлении упражнений.
4. Выявление характера воздействия упражнением на очаг поражения.

Деловые игры по темам

1. Разбор особенностей методики организации и проведения подготовительной части урока по гимнастике, анализ.
2. Конспектирование методического материала проходящего на занятиях.

Кейс-задачи по теме

Карточка подготовительной части урока по гимнастике

1. повороты на месте
2. упражнения на осанку (2-3)
3. упражнения в движении (3-4)
4. бег различного вида, прыжки
5. перестроение из одной колонны, в колонну по три приставными шагами на 3 шага(обучение)
6. комплекс ОРУ с мячами (10)



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

Карточка проведения основной части урока по гимнастике.

6 класс

1. Акробатика:

- «мост» из положения стойка ноги врозь наклоном назад (с помощью) – обучение
- повторить кувырки вперед и назад

2. Опорный прыжок:

- прыжок ноги врозь через козла в ширину- обучение

3. Подвижная игра.

Критерии оценки проведения урока по гимнастике

Наблюдающий урок оценивает качество владения умениями и навыками, используя традиционную пятибалльную систему. В конце урока общая сумма баллов делится на количество оцененных пунктов требований и определяется среднее арифметическая оценка. Так, чтобы получить оценку «отлично», практиканту необходимо набрать 85-75 баллов, «хорошо» - 74-60 баллов, «удовлетворительно» - 59-45 баллов.

Разделы профессиональной подготовки	№ п/п	Перечень умений и навыков	Оценка подготовленности
Предурочная подготовка	1	Соответствие конспекта урока по форме и содержанию установленным требованиям	
	2	Подготовка мест занятий и инвентаря	
Организационные навыки	3	Умения подавать команды и распоряжения, требовать четкого их выполнения. Владение голосом	
	4	Правильность выбора места учителя, размещения учащихся	
Методическая и спортивно-техническая подготовка	5	Правильная дозировка и соответствие упражнений подготовительной части задачам урока	
	6	Включение необходимого материала повторения	
	7	Техника показа упражнений	
	8	Соблюдение методической последовательности в обучении	
	9	Эффективность указаний по устранению общих технических ошибок	
	10	Продуктивность использования времени при показе и объяснении учебного материала	
	11	Устранение индивидуальных ошибок учащихся	
Навыки воспитательной работы	12	Использование педагогических мер поощрения и наказания учеников для достижения рабочей дисциплины	
	13	Оценивание работы учащихся на уроке	
Результативность урока	14	Оптимальная моторная плотность урока	
	15	Овладение учащимися правильной схемой изучаемых упражнений	
	16	Решение задач по выработке у школьников физических и морально-волевых качеств	



Планирование и учет самостоятельной работы учеников	17	Домашнее задание (реальность его выполнения и проверки на уроках)	
		Сумма баллов _____ Оценка за урок _____	

Если в карте есть разделы, выполнение которых на данном уроке не требуется, то в соответствующей графе ставится прочерк и потерянные баллы не влекут за собой снижение общей оценки.

Параметры оценочного средства для оценки практических умений по темам:

Упражнения на гимнастических снарядах.

Упражнение 1. – комбинация вольных упражнений.

И.п.- старт пловца – длинный кувырок вперёд – короткий кувырок вперёд – стойка на голове и руках – держать – кувырок назад – перекат на спину – стойка на лопатках, перекал вперёд в группировке – встать – переворот в сторону – и.п.

Оценка двигательных действий при текущем учете успеваемости (критерии)

Отметка 5: двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, уверенно, в надлежащем ритме, легко и четко, учащийся овладел формой движения и техникой упражнения.

Отметка 4: двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая связанность движений., есть незначительные отклонения от правильной техники выполнения.

Отметка 3: двигательное действие выполнено в основном правильно, но напряженно или вяло, недостаточно уверенно, допущены значительные ошибки при выполнении техники .

Отметка 2: двигательное действие не выполнено или выполнено неправильно, неуверенно, небрежно. Элемент технически не узнаваем.

Отметка 1: отказ выполнить двигательное действие без уважительной причины или учащийся не смог выполнить упражнение

Перечень тестовых заданий по теме

часть А

выберите один правильный ответ

А 1. Основными специфическими средствами подготовительной части урока гимнастики в школе являются:

1. гигиенические факторы;
2. упражнения на выносливость;
3. оздоровительные силы природы;
4. тренажеры и тренажерные устройства, эспандеры, гири, штанги;
5. строевые упражнения, разновидности передвижений, комплексы ОРУ.

А 2. Определить способ организации занимающихся на уроке гимнастики в школе:

- 1) расчлененный: 2) фронтальный:
- 3) целостный: 4) метод программирования: 5) целостно-расчлененный.

А 3. Моторная плотность (МП) определяется по формуле, если t фу (время выполнения физических упражнений). t общ. (общее время урока).

- 1) $МП = \frac{t_{общ.}}{t_{фу}} \times 100\%$; 2) $МП = \frac{t_{фу}}{t_{общ.}} \times 100\%$; 3) $МП = \frac{t_{общ.}}{t_{фу}}$ _____



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

$$4) \text{МП} = \frac{t_{\text{фу}}}{100\%} \times t_{\text{общ.}} \quad 5) \text{МП} = \frac{t_{\text{общ.}}}{t_{\text{фу.}} \times 100\%}$$

А 4. Определите документ планирования, в котором подробно раскрываются задачи и содержание 1-2 занятий:

- 1) учебный план; 3) рабочая программа;
2) программа; 4) план-конспект; 5) план работы.

А 5. Известно, что в гимнастике при воспитании силы, чаще всего используют упражнения с преодолением веса собственного тела. Пожалуйста, укажите упражнения для развития силы для юношей 16-17 лет:

- 1/3 собственного веса, т.е. около 33% собственного веса;
- 2/3 собственного веса, т.е. около 65% собственного веса;
- 1/2 собственного веса, т.е. около 50% собственного веса;
- 3/4 собственного веса, т.е. около 75% собственного веса;
- вес равный весу собственного тела, т.е. 100% собственного веса.

А 6. Определите задачи, которые решаются с помощью строевых упражнений:

- воспитание силы и выносливости;
- воспитание гибкости и координации;
- воспитание эстетических и музыкальных навыков;
- воспитание дисциплины и организованности;
- воспитание прыгучести.

А 7. Укажите, какие из приведенных команд имеют только исполнительную часть:

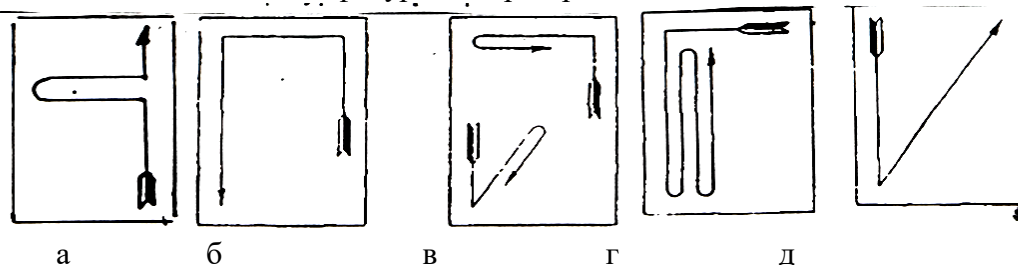
- 1) «Равняйся!»; 3) «Кругом!»;
2) «Реже!»; 4) «Вольно!»; 5) «Смирно!». 1) 1,5; 2) 2,4,5; 3) 1,4,5; 4) 2,3,5; 5) 1,2,3.,

А 8. Что такое интервал?

- расстояние между занимающимися в глубину;
- расстояние между флангами;
- расстояние от первой шеренги до последней;
- расстояние между верхним и нижним углом зала.

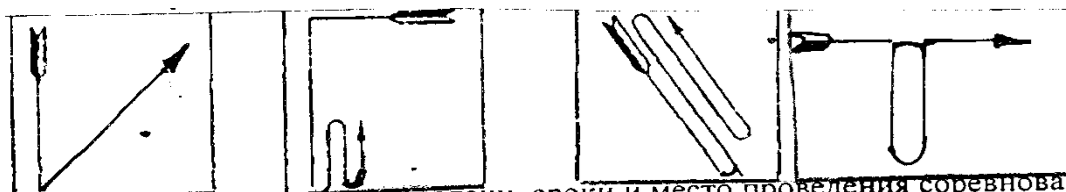
А 9. Определите команды, которые имеют предварительную и заключительную части: 1. «Направо!»; 2. «Разойдись!»; 3. «Сомкнись!»; 4. «Крутом!»; 5. «Разойдись!». 1) 1,2,3; 2) 3,4,5; 3) 1,4,5; 4) 2,3,5; 5) 1,3,4.

А 10. Как называется данная фигурная маршировка?



«Змейка»; «Обход»; «Диагональ»; «Петля открытая»; «Противоход».

А.11 Укажите, на какой из схем изображена «Закрытая петля»?



а б в г

А. 12. В каком из видов документов указывают цели, задачи, сроки и место проведения соревнований, награждение победителей и т.д.?

1. программа соревнований; 2. Сводный протокол; 3. Именная заявка; 4. Отчет о соревнованиях; 5. Положение о соревнованиях.

А.13. Укажите, как классифицируются ошибки при выполнении упражнений в соревнованиях по гимнастике:

1) большие, малые, средние; 2) крупные, мелкие, большие; 3) невыполнение элемента, средние; 4) тяжелые, легкие, большие; 5) мелкие, средние, грубые, невыполнение элемента.

А.14. Известно, что гимнаст после падения может продолжить упражнения, но перерыв при этом не должен превышать:

1. 10 сек; 2. 15 сек; 3. 20 сек.; 4. 25 сек.; 5. 30 сек.

А.15. Укажите величину сбавки за оказание помощи при выполнении упражнения на соревнованиях:

1) 0,5 балла; 2) 0,3 балла; 3) стоимость всего элемента; 4) 0,4 балла; 5) 0,5 балла и стоимость всего элемента.

ЧАСТЬ В

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ЗАДАНИЯ ЧАСТИ В МОГУТ БЫТЬ 3-Х ТИПОВ:

- 1) ЗАДАНИЯ. СОДЕРЖАЩИЕ НЕСКОЛЬКО ВЕРНЫХ ОТВЕТОВ;
- 2) ЗАДАНИЯ НА УСТАНОВЛЕНИЕ СООТВЕТСТВИЯ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ;
- 3) ЗАДАНИЯ, В КОТОРЫХ ОТВЕТ ДОЛЖЕН БЫТЬ ДАН В ВИДЕ ЧИСЛА, СЛОВА, СИМВОЛА.

В.1. Закончите предложение. Одной из основных задач уроков физической культуры в школе, в том числе и гимнастики является.....

В.2 Закончите предложение. Переход из вися или из более низкого упора в более высокий упор называется.....

В.3 При выполнении комплекса общеразвивающих упражнений после каждого упражнения имеется пауза и учащиеся имеют относительно постоянное место расположения в зале, укажите способ проведения комплекса ОРУ.....

В.4. Укажите соответствие. Определите соответствие между спортивными и оздоровительными видами гимнастики

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| А. Гигиеническая гимнастика | 1) спортивные виды; |
| Б. Акробатика | 2) оздоровительные виды |
| В. Лечебная гимнастика | |
| Г. Ритмическая гимнастика | |
| Д. Художественная гимнастика. | |



В.5 Укажите длину разбега на опорных прыжках.....

ЧАСТЬ С

ОТВЕТЫ К ЗАДАНИЯМ ЧАСТИ С ФОРМУЛИРУЮТСЯ В СВОБОДНОЙ КРАТКОЙ ФОРМЕ И ЗАПИСЫВАЕТСЯ В БЛАНК ОТВЕТОВ.(приложение № 6)

С.1 Проблемная ситуация. «Учащемуся, выступающему на школьных соревнованиях при выполнении элемента на брусках, оцененном в 0,3 балла была оказана помощь. Определите величину сбавки.»

С.2 Проблемная ситуация. «Укажите, какие действия должны выполнить 2-е и 4-е номера при размыкании «Дугами назад от середины на 2 шага из колонны по 5». Изобразите на схеме.

С.3. Укажите ошибки, наиболее часто встречающиеся при обучении стойки на голове и руках.

С.4 Опишите технику выполнения подъема разгибом на низкой или высокой перекладине (по желанию).

С.5. Назовите основные документы планирования учебного материала по гимнастике в школе.

Тест содержит 25 заданий, из них 15 заданий – часть А, 5 заданий часть В, 5 заданий – часть С, на его выполнение отводится 90 минут. Если заданий не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если останется время, вернитесь к пропущенным заданиям. Верно выполненные задания части А оцениваются в 1 балл, части В – 2 балла, части С – 5 баллов за каждый вопрос.

Вопросы к зачёту

1. Гимнастика в российской системе физического воспитания.
2. Исторический обзор развития гимнастики.
3. Гимнастическая терминология.
4. Планирование и учет учебно-тренировочной работы по гимнастике.
5. Предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой в школе.
6. Страховка и помощь на занятиях с лицами с ограниченными возможностями.
7. Урок – основная форма организации занятий гимнастикой в школе.
8. Плотность урока и методические приемы её регулирования.
9. Строевые упражнения на уроках физической культуры в I – VIII классах.
10. Общеразвивающие упражнения на уроках физической культуры I – X классах.
11. Поднимание и переноска груза на уроках физической культуры в школе.
12. Лазание на уроках физической культуры в школе.
13. Вольные упражнения на уроках физической культуры V – VIII классах.
14. Равновесие на уроках физической культуры в I – VIII классах.
15. Прыжки на уроках физической культуры в I – X классах.
16. Акробатика на уроках физической культуры в III – X классах.
17. Упражнение в висах и упорах на уроках физической культуры.
18. Занятия гимнастикой в режиме учебного дня.
19. Внеклассная работа по гимнастике в школе.
20. Упражнения на осанку с детьми школьного возраста.
21. Основы техники упражнений на гимнастических снарядах.
22. Обучение и тренировка в спортивной гимнастике.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

23. Техника выполнения и методика обучения упражнениям на гимнастических снарядах.
24. Обучение и тренировка в художественной гимнастике .
25. Обучение и тренировка в акробатике.
26. Обучение и тренировка в аэробике.
27. Обучение и тренировка в фитнесе.

Вопросы к экзамену

1. Планирование учебной работы по гимнастике в школе. Виды планирования. Основные документы планирования.
2. Особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми среднего школьного возраста.
3. Роль общеразвивающих упражнений в адаптивной физической культуре.
4. Значение страховки на занятиях по гимнастике. Виды и приемы страховки. Требования к страхующему.
5. Методические особенности гимнастики. Невыполнение и добавление элементов.
6. Планирование круглогодичного учебно-тренировочного процесса по циклам и периодам (задачи, содержание тренировочного процесса в различные периоды).
7. Особенности методики проведения уроков гимнастики с детьми младшего школьного возраста.
8. Состоянии современной лечебной гимнастики как средства и метода восстановления.
9. Общие задачи и методы исследований в научной работе по гимнастике.
10. Прыжки простые и опорные (классификация выполнения, методика обучения).
11. Перестроение из колонны по одному в колонну по три с одновременным размыканием от середины на 2 шага на месте, уступами.
12. Методы и методические приемы обучения гимнастическим упражнениям.
13. Методические приемы регулирования нагрузки на уроках гимнастики.
14. Перестроение из колонны по одному в колонну по пять с одновременным размыканием от середины на 2 шага на месте, уступами.
15. Классификации физических упражнений в гимнастике при занятиях АФК.
16. Особенности формирования двигательных навыков у детей и подростков при обучении гимнастическим упражнениям.
17. Размыкание дугами назад из колонны по пять на 2 шага от середины и смыкание.
18. Гимнастика, учебная и научная дисциплина.
19. Словарь основных гимнастических терминов.
20. Задачи гимнастики: дать характеристику оздоровительной задачи.
21. Гимнастика как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания и ее основные задачи.
22. Специальные физические качества лиц занимающихся гимнастикой в АФК (характеристика, методика развития)
23. Подготовка учителя к уроку
24. Возникновение школьной гимнастики и ее развитие в странах Запада и дореволюционной России.
25. Применение основных приемов помощи и страховки на различных этапах формирования двигательных навыков.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

26. Виды фигурной маршировки: «обход», «диагональ», «противоход», «противоход» наружу и внутрь.
28. Задачи, значение и содержание гимнастических выступлений и праздников в школе.
29. Акробатические упражнения (классификация, методика обучения).
30. Формы организации занятий по гимнастике в школе (перечислить). Дать характеристику одной из форм.
31. Развитие спортивной гимнастики в нашей стране.
32. Прикладные упражнения (методика обучения способам лазания в два и три приема, способы завязывания).
33. Страховка и помощь при выполнении упражнений на соревнованиях.
34. Средства гимнастики (краткая характеристика основных групп, гимнастических упражнений).
35. Характеристика упражнений на кольцах.
36. Причины травм на уроках по гимнастике в школе и меры их предупреждения.
37. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике, виды соревнований.
38. Упражнения для формирования правильной осанки.
39. Перестроение из одной шеренги в три и обратно на месте; в две и обратно на месте.
40. Применение дидактических принципов обучения в гимнастике.
41. Классификация маховых гимнастических упражнений.
42. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре с одновременным размыканием от середины на два шага на месте, уступами.
43. Значение терминологии в гимнастике, требования к терминологии.
44. Техника выполнения и методика обучения стойке на голове и руках.
45. Перестроение в колонну по четыре дроблением и сведением и обратное перестроение разведением и слиянием.
46. Взаимосвязь различных форм занятий гимнастикой в школе.
47. Роль учителя физического воспитания и школьного актива в организации и проведение гимнастических праздников и выступлений в школе.
48. Размыкание из колонны по четыре от середины; влево; вправо на 2 шага.
49. Место, задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физическому воспитанию.
50. Общие основы техники маховых гимнастических упражнений на гимнастических снарядах.
51. Перестроение в колонну по пять в движении последовательными поворотами.
52. Особенности формирования двигательных навыков в гимнастике.
53. Организация, содержание и методика проведения гимнастики в режиме учебного дня.
54. Размыкание дугами вперед от середины на 2 шага из колонны по пять и смыкание.
55. Значение и место гимнастики в системе физического воспитания России.
56. Характеристика упражнений на перекладине.
57. Команды для изменения скорости передвижения; перемена направления движения захождением плечом вперед.
58. Структура процесса обучения гимнастическим упражнениям.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

59. Общеразвивающие упражнения (классификация, методика проведения).
60. Оборудование мест занятий и соревнований по гимнастике (размеры снарядов).
61. Причины травм и меры их предупреждения на занятиях по гимнастике.
62. Характеристика упражнений на бревне (классификация, методика обучения).
63. Определение победителей личного и командного первенства.
64. Формы и правила записи гимнастических упражнений.
65. Характеристика упражнений на брусьях
66. Особенности методики проведения уроков гимнастики с учениками старших классов.
67. Краткий обзор развития гимнастической терминологии в нашей стране.
68. Техника выполнения и методика обучения переворота в сторону.
69. Виды фигурной маршировки: «змейка», «петля», «спираль».
70. Роль анализаторов в процессе обучения гимнастическим упражнениям в АФК.
71. Организация, содержание и методика проведения самостоятельных занятий гимнастикой.
72. Повороты в движении; перестроение по расчету (9-6-3 на месте).
73. Урок гимнастики (задачи, средства отдельных частей, плотность урока).
74. Силовые и статические упражнения.
75. Основные точки зала.
76. Способы развития терминов и правила их применения.
77. Характеристика упражнений на коне с ручками.

7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Информационные технологии – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам, увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки, объективного контроля и мониторинга знаний студентов.

В образовательном процессе по дисциплине используются следующие информационные технологии, являющиеся компонентами Электронной информационно-образовательной среды БГПУ:

- Официальный сайт БГПУ;
- Корпоративная сеть и корпоративная электронная почта БГПУ;
- Система электронного обучения ФГБОУ ВО «БГПУ»;
- Система тестирования на основе единого портала «Интернет-тестирования в сфере образования www.i-exam.ru;
- Система «Антиплагиат.ВУЗ»;
- Электронные библиотечные системы;
- Мультимедийное сопровождение лекций и практических занятий;

8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья применяются адаптивные образовательные технологии в соответствии с условиями, изложенными в разделе «Особенности реализации образовательной программы для инвалидов и лиц с ограничен-



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

ными возможностями здоровья» основной образовательной программы (использование специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь и т.п.) с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

9.1 Литература

1. Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой: учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94 (11 экз.)
2. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.(14 экз.)
3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.(35 экз.)
4. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебное пособие для вузов / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 173 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06290-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/491684>
- 5.

9.2 Базы данных и информационно-справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование» - Режим доступа: <http://www.edu.ru>.
2. Сайт Министерства науки и высшего образования РФ. - Режим доступа: <https://minobrnauki.gov.ru>.
3. Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки. - Режим доступа: <http://www.obrnadzor.gov.ru/ru>.
4. Сайт Министерства просвещения РФ. - Режим доступа: <https://edu.gov.ru>.
5. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» Режим доступа: <http://window.edu.ru/resource/585/57585>
6. Электронно образовательный ресурс «ЭБС. Консультант студента» - Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/ru/book/ISBN9785829130299.html>

9.3 Электронно-библиотечные ресурсы

1. ЭБС «Юрайт». - Режим доступа: <https://urait.ru/info/lka>
2. Полпред (обзор СМИ). - Режим доступа: <https://polpred.com/news>

10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются аудитории, оснащённые учебной мебелью, аудиторными досками, компьютерами с установленным лицензионным специализированным программным обеспечением, коммутаторами для выхода в электронно-



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

библиотечную систему и электронную информационно-образовательную среду БГПУ, мультимедийными проекторами, экспозиционными экранами, учебно-наглядными пособиями (стенды, карты, таблицы, мультимедийные презентации).

Для проведения лабораторных занятий используется спортивный зал №3, оснащенный специализированным оборудованием и инвентарем:

- Бревно гимнастическое
- Мостик гимнастический
- Скамейка спортивная
- Мат гимнастический
- Стенка гимнастическая
- Батут
- Брусья гимнастические (мужские)
- Конь гимнастический маховый
- Конь гимнастический прыжковый универсальный
- Брусья гимнастические разновысокие (женские)
- Лонжа для страховки (ручная)
- Мячи баскетбольные № 6
- Канат для лазания
- Перекладина
- Гантели переменной массы
- Медицинболы
- Турник

Самостоятельная работа студентов организуется в аудиториях, оснащенных компьютерной техникой с выходом в электронную информационно-образовательную среду вуза, а также в залах доступа в локальную сеть БГПУ.

Разработчик: Р.А. Бойко, старший преподаватель.

11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2019/2020 уч. г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2019/2020 учебном году на заседании кафедры (Протокол № 9 от 15.05.2019).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 1 № страницы с изменением: титульный лист	
Исключить:	Включить:
Текст: Министерство образования и науки РФ	Текст: Министерство науки и высшего образования РФ

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2020/2021 уч. г.

Рабочая программа дисциплины пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2020/2021 учебном году на заседании кафедры (Протокол № 1 от 15.09.2020).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Благовещенский государственный педагогический университет» ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА Рабочая программа дисциплины

№ изменения: 2 № страницы с изменением: титульный лист	
Исключить:	Включить:
Текст: Министерство науки и высшего образования РФ	Текст: Министерство просвещения Российской Федерации

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2022/2023 уч. г.
 РПД пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022/2023 учебном году на заседании кафедры (протокол № 9 от 26.06.2022 г.).

В рабочую программу внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 3 № страницы с изменением: 22	
Из пункта 9.1 исключить:	В пункт 9.1 включить:
1. Михайлова, Э.И. Аэробика в школе : учеб.-метод. пособие для учителя физич. культуры / Э. И. Михайлова, Н. Г. Михайлов. - М. : Сов. спорт, 2014. - 121, [1] с (13 экз.) 2. Теория и методика физической культуры: учебник /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт. – 2007. – 464 с.(30 экз.) 3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: пособие / Ж.К. Холодов. В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.(35 экз.)	1. Гонта, Н. И. Физиологические основы занятий основной и спортивной гимнастикой : учеб. пособие для студ. фак. физ. культуры и спорта / Н. И. Гонта ; М-во образования Рос. Федерации, БГПУ. - Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2002. - 96 с. : рис., табл. - Библиогр.: с. 93-94 (11 экз.) 2. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учебник для вузов физич. культуры / Менхин Ю.В., Менхин А.В. - Ростов н/Д : Феникс, 2002. - 384 с.(14 экз.)
Из пункта 9.3 исключить:	В пункт 9.3 включить:
1. ЭБС «Лань» (http://e.lanbook.com) 2. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (https://elibrary.ru/defaultx.asp?)	1. Образовательная платформа «Юрайт» (https://urait.ru/info/lka) 2. Polpred.com Обзор СМИ/Справочник (http://polpred.com/news.)

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2022/2023 уч. г.
 РПД обсуждена и одобрена для реализации в 2022/2023 уч. г. на заседании кафедры истории России и вспомогательных исторических дисциплин (протокол № 1 от 30.09.2022 г.). В РПД внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 4 № страницы с изменением: 31	
---	--



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

В Раздел 9 внесены изменения в список литературы, в базы данных и информационно-справочные системы, в электронно-библиотечные ресурсы. Указаны ссылки, обеспечивающие доступ обучающимся к электронным учебным изданиям и электронным образовательным ресурсам с сайта ФГБОУ ВО «БГПУ».