### ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

|  |
| --- |
| **По дисциплине Б1.Б.25 «Гимнастика»» для студентов 1 курса, очной формы обучения, Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура Профиль подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»**  **на 2018 -2019 учебный год** |

1. **ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| Кафедра Спортивных дисциплин |  |
| Ведущий преподаватель: Кугно Эдуард Эдуардович |  |
| e-mail: [eduardkygno68@yandex.ru](mailto:eduardkygno68@yandex.ru) |  |
| Сроки изучения дисциплины: 1 семестр |  |
| Трудоемкость дисциплины: часа: 216 часа |  |
| Количество лекционных занятий: |  |
| Количество практических занятий: 80 часов |  |
| Объём самостоятельной работы студентов: 127 часов |  |
| Форма промежуточного контроля: экзамен (9часов) |  |

#### ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### *ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем | Кол-во часов | | | | Кол-во баллов по каждому виду контроля | | | | |
| Лекц. | Сем. | Практ. | Самост.  работа | Посещ.  лекций | Посещ.  практ.  занятий | Выпол-е  техники | Учебная практика | Самост.  работа |
| 1. **Цель изучения дисциплины** | | | | | | | | | | |
| 1. | История возникновения, развития современного состояния гимнастики в обществе. |  |  |  | 10 |  |  | 3 |  | 3 |
| 2. | Классификация и терминология. Характеристика дисциплины «Гимнастика». Гимнастика, ее виды. |  |  |  | 21 |  |  | 7 |  | 3 |
| 3. | Техника и методика обучения гимнастике. |  |  | 28 | 15 |  |  |  |  | 20 |
| 4.. | Организация и проведение занятий по гимнастике в различных звеньях физического воспитания. |  |  | 10 | 6 |  | 0,5 | 15 |  | 3 |
| 5. | Обеспечение техники безопасности на занятиях гимнастики. |  |  | 10 | 20 |  | 0,5 | 5 |  | 3 |
| 6. | Организация и проведение соревнований по гимнастике плаванием. |  |  | 10 | 20 |  | 0,5 | 3 |  | 3 |
| 7. | Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств гимнастики |  |  | 14 | 20 |  | 0,5 | 3 |  | 3 |
| 8. | Использование гимнастики в рекреационной деятельности |  |  | 8 | 15 |  | 0,5 | 3 |  | 3 |
| 9. | Форма промежуточной аттестации |  | 9 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого |  |  | **80** | **127** |  | 20 | 39 |  | 41 |
|  | Всего | 70 +9ч экзамен =216 | | | | 70 баллов  30 баллов экзамен | | | | |

**2.2 Планирование внеаудиторной самостоятельной работы по дисциплине «Методика преподавания гимнастики» для студентов 1 курса заочной формы обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование темы, раздела** | **Вид СРС** | **Бюджет времени (час.)** | **Макс. кол-во баллов** | **Срок выполн.** |
| **1** | История возникновения, развития современного состояния гимнастики в обществе | **Задание:**  Самостоятельное написание реферата (титульный лист, план, содержание, литература)  1. Представить к проверке содержание  2. В содержании отразить таблицу с подсчетом медалей, рекордов, очков стран-участниц соревнований  3. Сделать вывод о выступлении россиян. | **10** | **3** |  |
| **2** | Классификация и терминология. Характеристика дисциплины «Гимнастика». Классификация и терминология. Гимнастика, ее виды. | **Задание:**  1. Составить краткую классификацию и характеристику по содержанию видов гимнастики. | **10** | **3** |  |
| **3** | Техника и методика обучения гимнастике. | **Задание:**  1.Составить комплекс ОРУ на гимнастической стенке.  2.Методика обучения группировке.  3.Последовательность обучения наскоку на мостик.  4.Последовательность обучения лазанья по гимнастической стенке.  5.Комбинация для совершенствования висов и упоров на перекладине или р/в брусьях.  6.Составить комплекс ОРУ с обручем.  7.Последовательность обучения длинному кувырку.  8.Последовательность обучения прыжку согнув ноги через козла в ширину.  9.Последовательность обучения размахиванию в упоре на руках.  10.Составить эстафету. | **6**  **6**  **6**  **6**  **6**  **6**  **6**  **6**  **6**  **6** | **2**  **2**  **2**  **2**  **2**  **2**  **2**  **2**  **2**  **2** |  |
| **4** | Организация и проведение занятий по гимнастике в различных звеньях системы физического воспитания | **Задание:**  Разработать и представить схему обучения гимнастике в летних оздоровительных лагерях (возраст по выбору). | **10** | **3** |  |
| **5** | Обеспечение техники безопасности на занятиях гимнастики. | **Задание:**  Кратко законспектировать:  Правила поведения в зале и требования к технике безопасности. Критические ситуации на занятиях и способы их преодоления. Первая помощь пострадавшим . | **8** | **3** |  |
| **6** | Организация и проведение соревнований по гимнастике | **Задание**: 1. Разработать проект и  представить фрагменты сценария соревнования по гимнастике.  -сценарий открытия; сценарий закрытия; текст судьи-информатора  2 .Изучать правила соревнований по гимнастике и кратко законспектировать | **10** | **3** |  |
| **7** | Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств гимнастики | **Задание:**  Разработать и представить комплекс упражнений (8 упр.) на исправление осанки средствами гимнастики | **10** | **3** |  |
| **8** | Использование гимнастики в рекреационной деятельности | **Задание:** Разработать и  представить комплекс мероприятий, направленный на активный отдых населения (возраст по выбору) | **9** | **3** |  |
| **Итого** |  |  | **127** | **41** |  |

* 1. *ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ*

Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

* 1. *РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ ПО ВИДАМ КОНТРОЛЯ*

Текущая и итоговая аттестация знаний студентов по дисциплине осуществляется на основе балльной системы контроля качества знаний. Максимальное количество баллов по дисциплине – 100.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Виды (формы) контроля*** | ***Распределение баллов*** | | |
| Кол-во | Количество баллов за один вид контроля | Общее кол-во баллов |
| Посещение лекций |  |  |  |
| Посещение практических занятий | 40 | 0.5 | **20** |
| Выполнение техники | 6 | 1-2 | **9** |
| Учебная практика |  |  |  |
| Самостоятельная работа | 127 | 0,3 | **41** |
| Экзамен | 1 | 30 | **30** |
| Всего: |  |  | **100** |

* 1. *АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ВИДЫ КОНТРОЛЯ*

В случае пропуска аудиторных занятий по уважительной причине (болезнь, ТС и т.п.),……

В случае невыполнения или выполнения заданий в недостаточном для положительной оценки объеме, студент сдает экзамен (зачет) по билетам.

1. **РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

**Основная литература:**

1. Журавин М.Л., Загрядская О.В., Казакевич Н.В. и др.  
   Гимнастика [Текст] : учебник. - 6-е изд, стереотип. - М. : Академия, 2009. - 448 с. - (Высшее профессиональное образование).  
   гимнастика.
2. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 c. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/29967.html
3. Дружков А.Л. и др.. Базовые виды двигательной подготовки (гимнастика) : метод. рекомендации / Дружков А.Л., Константинова С.Е., Быков Л.А., Дружков А.Л. и др. — М. : РГУФКСМиТ, 2013 .— 11 с. Режим доступа:ЭБС «Руконт» по паролю

**Дополнительная литература**

1. Анцыперов, В. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: гимнастика. Ч. I. Общие вопросы теории и методики : учебник-схемокурс / Е. А. Широбакина, В. В. Анцыперов .— Волгоград : ВГАФК, 2013 .— 105 с. Режим доступа: ЭБС «Руконт» по паролю

2. Лемешева, С. Г. Гимнастика. Ч. 1 : учебное пособие / Л. В. Леонова, С. Г. Лемешева .— Хабаровск : ДВГАФК, 2004 .— 114 с. : ил. Режим доступа: ЭБС «Руконт» по паролю

**Интернет-ресурсы:**

|  |  |
| --- | --- |
| Библиотеки | |
| Российская национальная библиотека (г. Санкт-Петербург), каталог | <http://www.nlr.ru> |
| Научная электронная библиотека ӕ-LIBRARY.ru. | <http://elibrary.ru/defaultx.asp> |
| Журналы | |
| Вестник спортивной науки | <http://vniifk.ru/journal_vsn.php> |
| Педагогический журнал | <http://publishing-vak.ru/pedagogy.htm> |

*.*

1. **ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Набранные баллы** | **Меньше 61** | **61-67** | **68-84** | **85-93** | **94-100** |
| **Словесно-цифровое выражение оценки** | Не зачтено | Зачтено | | | |
| **Оценка по 5-ти балльной шкале (прописью)** | неудовл. | удовл. | хорошо | оч. хорошо | отлично |
| **Оценка по 5-ти балльной шкале (цифрой)** | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| **Оценка по шкале ECTS** | E | D | C | B | A |

*Составитель: к.п.н. Кугно Э.Э.*