

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ганеев Винер Валиахметович  
Должность: Директор  
Дата подписания: 31.10.2023 09:50:05  
Уникальный программный ключ:  
fceab25d7092f3bff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»  
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

Утверждено:  
на заседании кафедры физической культуры и  
спорта  
протокол № 4 от 21.11.2022 г.  
Зав. кафедрой подписано ЭЦП /Кругликова В.С.

Согласовано:  
Председатель УМК  
факультета педагогики  
подписано ЭЦП /Маштакова Л.Ю.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
для заочной формы обучения**

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: гимнастика  
Часть, формируемая участниками образовательных отношений

**программа бакалавриата**

Направление подготовки (специальность)  
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки  
Физическая культура

Квалификация  
Бакалавр

Разработчик (составитель) <u>Ассистент</u> (должность, ученая степень, ученое звание)	<u>подписано ЭЦП /Нафиков Д.Т.</u> (подпись, Фамилия И.О.)
---	---

Для приема: 2019-2020 г.

Бирск 2022 г.

Составитель / составители: Нафиков Д.Т.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

## Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.....	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.....	6
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся).....	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине .....	19
4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.....	19
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.....	22
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	35
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	35
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины.....	35
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	36

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

По итогам освоения дисциплины обучающийся должен достичь следующих результатов обучения:

Категория (группа) компетенций (при наличии ОПК)	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
	Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);	ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования
	Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного	ПК-2.1. Знать предметную область профильных дисциплин	Знать предметную область дисциплины
		ПК-2.2. Уметь анализировать предметную область профильных	Уметь анализировать предметную область дисциплины

	<p>процесса по дополнительным общеобразовательным программам (ПК-2);</p>	<p>дисциплин</p> <p>ПК-2.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам</p>	<p>Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам</p>
--	--	---	---

## **2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: гимнастика» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 8,9 сессии.

Цель изучения дисциплины: целью учебной дисциплины является формирование базовых научно-теоретических знаний в области педагогического физкультурно-спортивного совершенствования по гимнастике; практических умений и владений для проектирования и реализации образовательного процесса в организациях общего и дополнительного образования.

## **3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)**

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»  
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: гимнастика» на  
8,9 сессию  
заочная  
форма обучения

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	3/108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	27.9
лекций	6
практических/ семинарских	4
лабораторных	16
контроль самостоятельной работы (КСР)	0
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) ФКР	1.9
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС)	68.5
Учебных часов на подготовку к экзамену, зачету (Контроль)	11.6

Форма контроля:

Зачет 8 сессия

Экзамен 9 сессия

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)							Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельно й работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Лек	Ла б	П	Зч	Эк	Ко Р	СР С			
3 курс / 8 сессия											
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в системе высшего профессионального физ-культурного образования. Спорт и спортивная подготовка как основа содержания дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование».										
1.1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в системе высшего профессионального физ-культурного образования.  1. История создания дисциплины ПФСС.2. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя, тренера учителя физической культуры.3. Технология обучения студентов профессиональной деятельности в процессе ПФСС.4. Организация учебного процесса по	4						2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Тестирование, Устный опрос

	ПФСС.										
1.2	<p>Спорт и спортивная подготовка как основа содержания дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование».</p> <p>1. Спорт, его роль и организация в обществе. 2. Типы и виды спорта.3. Профессиональные умения и навыки преподавателя по физической культуре и спорту, тренера.4. Спортивная техника.5. Спортивная стратегия и тактика.2.6. Взаимосвязь техники, тактики, физических спо-собностей в процессе сорев-новательной и тренировоч-ной деятельности.</p>	2						2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Устный опрос, Тестирование
1.3	<p>Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов.Организация и проведение соревнований по гимнастике.</p> <p>Соревнования и соревновательная деятельность в спорте1. Соревнования как неотъемлемая часть спорта.2. Соревновательная деятельность, соревновательные действия и нагрузки.3. Система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов.Организация и проведение соревнований по гимнастике.1. Педагогическое и агитационное значение соревнований2. Виды и</p>							2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Устный опрос, Тестирование

	характеристика соревнований3.Документы, необходимые для проведения соревнований4.Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях5. Подготовка и проведение соревнований6. Судейство соревнований7. Особенности проведения массовых соревнований8. Подготовка судей по гимнастике										
1.4	Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов  Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменовПостроение тренировочного процесса в годичном цикле подготовкиСпортивная техника как предмет обученияКлассификация средств и методов обучения двигательным действиямЭтапность обучения двигательным действиямТактические действия спортсмена и методика обучения имМетодика развития основных кондиционных и координационных способностейСензитивные периоды развития двигательных особенностей						2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Тестирование, Устный опрос	
1.5	Работа по гимнастике в школе.  Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школеРабота по спорту в образовательных учреждениях различного типаОсобенности проведения спортивных соревнований						2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Устный опрос, Тестирование	

	со школьниками										
2	Совершенствование техники гимнастических упражнений (строевые и прикладные упражнения, опорные прыжки, упражнения на брусьях)										
2.1	<p>Строевые упражнения</p> <p>Методика обучения, техника исполнения действий по команде Становись!, Равняйся!, Смирно!, Вольно!, Отставить!, Разойдись!. Методика проведения расчета группы. Методика обучения, техника исполнения строевых поворотов на месте и в движении. Методика обучения, техника исполнения перестроений из одной шеренги в две и обратно, из колонны по одному в колонну по два, уступами из шеренги, уступами колонны по одному в колонну по три, из шеренги захождением плечом, дроблением и сведением. Методика обучения, техника исполнения строевого шага, фигурных маршировок ( обход, диагональ, противход, змейка, круг, скрещение, петля.</p>	1					1	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание	
2.2	<p>Прикладные упражнения</p> <p>Методика обучения, техника исполнения упражнений на равновесие.</p>	1					1	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание	

	<p>Методика обучения, техника исполнения, страховка лазанья по канату в два приема. Методика обучения, техника исполнения, страховка лазанья по канату в три приема, лазанья в простом вися. Завязывания стоя, петель, восьмеркой. Методика обучения, техника исполнения упражнений в перелезании и в преодолении препятствий, метании и ловле. Школа мяча П.Ф. Лесгафта. Методика обучения, техника исполнения упражнений в поднимании и переноске груза, упражнения в переползании. Методика обучения, техника исполнения простых прыжков.</p>									
2.3	<p>Опорные прыжки</p> <p>Методика обучения, техника исполнения, страховка прыжка ноги врозь через козла в ширину. Методика обучения, техника исполнения, страховка прыжка согнув ноги через козла в ширину. Методика обучения, техника исполнения, страховка прыжка углом с косого разбега через коня в длину толчком одной ноги. Методика обучения, техника исполнения, страховка прыжка углом через коня в ширину.</p>	1				1	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание	
2.4	<p>Опорные прыжки</p> <p>Методика обучения, техника</p>	1				1	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного	Контрольный норматив, Практическое	

	исполнения, страховка прыжка боком с косого разбега через коня в длину Методика обучения, техника исполнения, страховка прыжка ноги врозь через коня в длину								занятия	задание
2.5	Брусья  Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка вперед. Спад назад из упора на в/ж в вис лежа на н/ж. Методика обучения, техника исполнения, страховка стойки на руках. Подъем переворотом в упор на в/ж. Методика обучения, техника исполнения, страховка стойки на плечах (ю) . Подъем в упор на в/ж из виса присев на н/ж (д). Методика обучения, техника исполнения, страховка при изучении висов и упоров.	2					2	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Практическое задание, Контрольный норматив
2.6	Брусья  Методика обучения, техника исполнения, страховка размахивания в упоре. Опускание вперед из упора на в/ж в вис лежа на н/ж. Методика обучения, техника исполнения, страховка размахивания в упоре на руках. Перемах ноги врозь в вис лежа на в/ж. Методика обучения, техника исполнения, страховка размахивание в висе. Соскок толчком бедра из седа на н/ж. Методика обучения, техника исполнения, страховка упражнения соскок углом. Соскок махом вперед из	2					2	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание

	упора сзади на н/ж.										
3	Зачет				1			4			
Итого по 3 курсу 8 сессии		6	8		1			22			
3 курс / 9 сессия											
1	Основы спортивной тренировки юных гимнастов. Средства восстановления в спорте.										
1.1	<p>Основы спортивной тренировки юных гимнастов.</p> <p>1. Спортивная тренировка.2. Этапы спортивной тренировки:а) начальная спортивная тренировка;б) начальная специализированная тренировка;в) углубленная специализированная тренировка.3. Контроль за функциональным состоянием гимнастов.4. Принципы спортивной тренировки.5. Путь к высокому спортивному мастерству.</p>			2				2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Тестирование, Семинар
1.2	<p>Технология подготовки спортсменов раз-личной квалификации: высшие разряды, спортивные резервы, массовый спорт, спорт для инвалидов</p> <p>Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация работы. Особенности подготовки сборных</p>			2				2	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Семинар, Тестирование

	команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций. Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Доступность массового использования спорта в широком возрастном диапазоне. Занятия в общеобразовательных школах, в средних специальных учебных заведениях, вузах, производственных коллективах, по месту жительства, в местах отдыха трудящихся: содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.										
1.3	Методическая подготовка учителя физической культуры, педагога – тренера в области гимнастики.  Методическая подготовка учителя физической культуры, педагога – тренера в области гимнастики.						6.5	Осн. лит-ра № 1	Реферат	Устный опрос, Тестирование	
2	Совершенствование техники гимнастических упражнений (упражнения на брусьях, акробатика)										

2.1	<p>Упражнения на брусьях и брусьях разной высоты</p> <p>Методика обучения, техника исполнения, страховка упражнений соскок боком, махом назад. Совершенствование упражнений на брусьях разной высоты (Д). Методика обучения, техника исполнения, страховка подъема разгибом, махом вперед и махом назад. Совершенствование упражнений на брусьях разной высоты (Д).</p>	2					8	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание
2.2	<p>Упражнения на брусьях и брусьях разной высоты</p> <p>Методика обучения, техника исполнения, страховка висов, подъема переворотом в упор, подъема разгибом на перекладине. Вскоки: из стойки продольно, из стойки поперек, с косого разбега на гимнастическом бревне. Методика обучения, техника исполнения, страховка упражнений оборота вперед в упоре ноги врозь правой (левой), оборот назад в упоре ноги врозь правой (левой). Видов передвижений, прыжков, равновесия на гимнастическом бревне. Методика обучения, техника исполнения, страховка соскока махом вперед и махом назад. Соскоки простые, через стойку с опорой или толчком одной</p>	2					8	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Практическое задание, Контрольный норматив

	(двумя) руками.										
2.3	Акробатика Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка вперед в группировке, длинного кувырка вперед, кувырка прыжком. Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка вперед из стойки на руках, кувырок назад.		2					8	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание
2.4	Акробатика Методика обучения, техника исполнения, страховка седа с прямыми ногами из основной стойки, кувырка назад согнувшись. Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка назад прогнувшись через плечо, кувырка назад через стойку		1					8	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание
2.5	Акробатика Методика обучения, техника исполнения, страховка переворота в сторону, переворота вперед с опорой головой и руками, рондат Методика обучения, техника исполнения, страховка упражнения мост из исходного положения лежа на спине и стоя наклоном назад Методика обучения, техника исполнения, страховка стойки на лопатках, на голове и руках.		1					8	Доп. лит-ра №№ 1,2	Методическая разработка учебного занятия	Контрольный норматив, Практическое задание
3	Контрольная работа						1	0.5			

4	Экзамен					1		9			
Итого по 3 курсу 9 сессии			8	4		1	1	60			
Итого по дисциплине		6	16	4	1	1	1	82			

#### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

##### 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции: Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знания не сформированы	Знания сформированы, но имеют отдельные пробелы и неточности
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательно	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательно	Владение навыками не сформировано	Владение навыками в основном сформировано

го процесса в образовательных организациях общего образования	го процесса в образовательных организациях общего образования		
---	---	--	--

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Экзамен)			
		2 (Неудовлетворительно)	3 (Удовлетворительно)	4 (Хорошо)	5 (Отлично)
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знания не сформированы	Знания недостаточно сформированы, несистемны	Знания сформированы, но имеют отдельные пробелы и неточности	Знания полностью сформированы
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умения не сформированы	Умения не полностью сформированы	Умения в основном сформированы	Умения полностью сформированы
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации	Владение навыками не сформировано	Владение навыками неуверенное	Владение навыками в основном сформировано	Владение навыками уверенное

образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	образовательного процесса в образовательных организациях общего образования				
---	---	--	--	--	--

Код и формулировка компетенции: Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам (ПК-2);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
ПК-2.1. Знать предметную область профильных дисциплин	Знать предметную область дисциплины	Знания не сформированы	Знания сформированы, но имеют отдельные пробелы и неточности
ПК-2.2. Уметь анализировать предметную область профильных дисциплин	Уметь анализировать предметную область дисциплины	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы
ПК-2.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Владение навыками не сформировано	Владение навыками в основном сформировано

Код и	Результаты	Критерии оценивания результатов обучения (Экзамен)
-------	------------	--

наименование индикатора достижения компетенции	обучения по дисциплине	2 (Неудовлетворительно)	3 (Удовлетворительно)	4 (Хорошо)	5 (Отлично)
ПК-2.1. Знать предметную область профильных дисциплин	Знать предметную область дисциплины	Знания не сформированы	Знания недостаточно сформированы, несистемны	Знания сформированы, но имеют отдельные пробелы и неточности	Знания полностью сформированы
ПК-2.2. Уметь анализировать предметную область профильных дисциплин	Уметь анализировать предметную область дисциплины	Умения не сформированы	Умения не полностью сформированы	Умения в основном сформированы	Умения полностью сформированы
ПК-2.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Владение навыками не сформировано	Владение навыками неуверенное	Владение навыками в основном сформировано	Владение навыками уверенное

**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.**

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Методическая разработка учебного занятия, Контрольная работа, Реферат, Тестовые задания 3-1, Семинар, Устный опрос

ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Контрольный норматив, Методическая разработка учебного занятия, Тестовые задания У-1
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Практическое задание, Контрольный норматив
ПК-2.1. Знать предметную область профильных дисциплин	Знать предметную область дисциплины	Семинар, Устный опрос, Тестовые задания 3-2, Методическая разработка учебного занятия, Контрольная работа, Реферат
ПК-2.2. Уметь анализировать предметную область профильных дисциплин	Уметь анализировать предметную область дисциплины	Контрольный норматив, Методическая разработка учебного занятия, Тестовые задания У-2
ПК-2.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам	Контрольный норматив, Практическое задание

### Тестовые задания

Описание тестовых заданий: тестовые задания включают тесты закрытого типа (с одним правильным ответом), тесты на установлении последовательности и на установление соответствия. Оценка за выполнение тестовых заданий выставляется на основании процента заданий, выполненных студентами в процессе прохождения промежуточного и рубежного контроля знаний

#### Тестовые задания 3-1

Классификационные, неклассификационные, закрытые, открытые соревнования относятся к:

- а) соревнованиям по характеру;
- б) соревнованиям по масштабу;
- в) соревнованиям по форме зачёта;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы не верны.

В положении о соревнованиях указывается:

- а) сроки и место проведения соревнований;
- б) цель соревнований;
- в) цели, задачи, место, сроки, руководство, программа, допуск участников, определение и награждение победителей;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы не верны.

В положении о соревнованиях указывается:

- а) сроки и место проведения соревнований;
- б) цель соревнований;
- в) цели, задачи, место, сроки, руководство, программа, допуск участников, определение и награждение победителей;
- г) все ответы верны;
- д) все ответы не верны.

#### Тестовые задания З-2

**56. ###** — это система терминов для краткого и точного обозначения используемых в гимнастике понятий, предметов и упражнений, а также правила образования и применения терминов, установленных сокращений и формы записи упражнений.

**57. ###** в гимнастике принято называть краткое условное наименование какого-либо двигательного действия или другого понятия из этой области человеческой деятельности.

**58. ###**— способ, при котором из двух слов образуется одно сложное или составное слово-термин, например: разновысокие (брусья),далеко-высокие(прыжки), рукивверх-наружу.

#### Тестовые задания У-1

**Соответствие при обучении шагу являются:**

- а: нога прямая 15-20 градусов от пола
- б: нога выносится свободно
- в: нога ставится с пятки
- г: нога ставится с носка
- д: выполнение шагов по команде учителя
- 1: строевой шаг
- 2: походный шаг
- 3: обычный шаг
- 4: шаг на носках
- 5: -

А	Б	В	Г	Д

**В каком ряду правильно указаны все фазы опорного прыжка?**

- а) разбег и наскок на мостик, толчок ногами, полет и приземление;
- б) разбег и наскок на мостик, толчок ногами, приземление;
- в) разбег, отталкивание ногами, полет, приземление;
- г) разбег и наскок на мостик, толчок ногами, опора на руки, приземление.

**Какие виды включает в себя мужское и женское многоборье по спортивной гимнастике?**

Заполните таблицу, распределив данные виды в соответствующие колонки: **опорный прыжок, конь с ручками, кольца, перекладина, брусья разновысокие, бревно, вольные упражнения, брусья параллельные, опорный прыжок. ОТДЕЛЬНО (в третью колонку таблицы) запишите вид (виды), относящийся (относящиеся) и к мужскому, и к женскому многоборью.**

Женское многоборье	Мужское многоборье	Женское и мужское многоборье
--------------------	--------------------	------------------------------

--	--	--

## Тестовые задания У-2

### 81. Последовательность сдачи рапорта дежурным учителю:

- 1: дежурный подает команду «Равняйся, смирно, по порядку рассчитайсь»
- 2: идет вдоль строя до его середины
- 3: не доходя учителя 2-х шагов, сдает рапорт
- 4: делает шаг в сторону и 2 шага вперед
- 5: поворот кругом, встает рядом с учителем
- 6: приветствие класса учителем
- 7: учитель дает команду дежурному «вольно»
- 8: дежурный по - прямой идет к строю
- 9: подает команду «вольно» для строя

--	--	--	--	--	--	--	--	--

### 82. Последовательность перестроения из 1 колонны в 2 выполняется

- 1: учитель рассчитывает строй на первый – второй
- 2: учитель дает команду « в две шеренги – стройся»
- 3: 1-е номера стоят на месте
- 4: вторые номера делают шаг правой назад
- 5: левой в сторону и становятся в ряды
- 6: обратное перестроение производится по команде « в 1 шеренгу – стройся»

--	--	--	--	--	--

### 83. Последовательность перестроения уступами из шеренги выполняется

- 1: учитель рассчитывает на месте на 6,3 на месте
- 2: по расчету шагом – марш
- 3: учащиеся выполняют соответствующее количество шагом
- 4: на свои места – шагом – марш
- 5: учащиеся поворачиваются кругом и идут на свои места
- 6: делают поворот кругом

--	--	--	--	--	--

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения тестовых заданий

Описание методики оценивания выполнения тестовых заданий: оценка за выполнение тестовых заданий ставится на основании подсчета процента правильно выполненных тестовых заданий.

#### Критерии оценки (в баллах):

- **9-10** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 81 – 100 %;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 61 – 80 %;
- **4-6** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 41 – 60 %;
- **до 4** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 40 %;

## Устный опрос

Устный опрос применяется как метод проверки знаний обучающихся по конкретной тематике

1. Научно-исследовательская работа студента в системе подготовки специалиста физической культуры по виду спорта.
2. Причины ошибок в технике выполнения физических упражнений и пути их предупреждения.
3. Методика овладения учащимися двигательными умениями высшего порядка.
4. Система познавательной деятельности учащихся (студентов) на уроках в школе.
5. Формирование специальных знаний в процессе обучения двигательным действиям учащихся в процессе игровой деятельности.
6. Сущность ловкости и методика ее развития (быстроты, силы, скоростно-силовой подготовки, выносливости, гибкости) в различных видах спорта.
7. Обоснование урока как основной формы организации физического воспитания учащейся молодежи.
8. Личность специалиста физической культуры и возможности ее формирования в системе школа-колледж-школа.
9. Нравственное воспитание личности в системе занятий физическими упражнениями (умственное, эстетическое, трудовое).
10. Коммуникативно-организаторская деятельность специалиста физической культуры и возможности освоения ею студентами в процессе учебно-игровой деятельности.
11. Спортивная ориентация и отбор перспективных спортсменов.
12. Пути приобретения физкультурно-педагогических умений в процессе занятий спортом.
13. Мотивация физкультурно-педагогической деятельности тренера, педагога по виду спорта, условия ее формирования у будущих специалистов физической культуры.
14. Формирование индивидуального стиля деятельности тренера по виду спорта.
15. Современные подходы к оценке физической (технической, тактической, психологической) подготовленности спортсменов.
16. Современные подходы к организации тренировочной работы.
17. Моделирование спортивной тренировки.
18. Построение тренировочного процесса в различные возрастные периоды с учетом соревновательной деятельности.
19. Особенности проведения различных форм занятий.
20. Прогнозирование надежности соревновательной деятельности спортсменов.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания устного опроса

Описание методики оценивания выполнения устного опроса: при оценке ответа студента на устный вопрос учитывается: насколько раскрыто содержание темы, структурированность ответа, его логичность, умение формулировать ответ, уровень понимания материала.

Критерии оценки

5 баллов выставляется студенту, если: в ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

4 балла выставляется студенту, если: основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала.

Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

3 балла выставляется студенту, если: тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное

умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

0-2 балла выставляется студенту, если: тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

### **Контрольная работа**

1. Критерии технического мастерства спортсмена.
2. Критерии тактического мастерства спортсменов.
3. Критерии физической подготовки спортсменов.
4. Психические качества в структуре соревновательной деятельности спортсмена.
5. Установка на игру (соревнование, старт), ведение игры, разбор игры (соревнований, старта).
6. Спортивная тренировка как основная форма подготовки спортсмена.
7. Физическая подготовка в процессе начального обучения спортивным навыкам.
8. Планирование, организация и проведение соревнований.
9. Задачи и содержание тренировочного процесса в подготовительном этапе.
10. Требования к педагогической деятельности современного тренера.
11. Методы обучения в виде спорта.
12. Структура учебно-тренировочного процесса.
13. Роль судьи в избранном виде спорта.
14. Спортивная стратегия и тактика
15. Задачи и содержание тренировочного процесса в соревновательном периоде.
16. Место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации.
17. Требования к технике безопасности в виде спорта. Состояние спортивных сооружений, инвентаря, оборудования.
18. Организация процесса спортивной тренировки.
19. Правила соревнований и их значение.
20. Составные части тренировки.
21. Методы обследования соревновательной деятельности. Обработка полученных данных и анализ.
22. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
23. Задачи и содержание тренировочного процесса в переходном периоде.
24. Характеристика основных средств восстановления.
25. Характеристика основных средств и методов спортивной тренировки.
26. Факторы, обуславливающие эффективность двигательных действий в избранном виде спорта.
27. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по виду спорта.
28. Характеристика тренировочных нагрузок.
29. Начальный отбор для занятий видом спорта.
30. Тактическая подготовка.
31. Комплектование групп и организация занятий в спортивных секциях.
32. Педагогический и врачебный контроль на занятиях.
33. Характеристика технической подготовка в системе тренировки.
34. Подготовительные и подводящие упражнения при обучении.
35. Принципы спортивной тренировки.
36. Дозирование нагрузок в разные возрастные периоды.
37. Методы спортивной тренировки.
38. Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возрастных особенностей занимающихся.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания контрольной работы

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом контрольной работы максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно в теоретическом вопросе раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень

умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит аргументацию и пояснения.

**Критерии оценки (в баллах):**

- **9-10** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит пояснения; тестовые задания решены свыше, чем на 80%; уровень знаний, умений, владений – высокий;

- **7-8** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; кейс-задание решено верно, но решение не доведено до завершающего этапа; тесты решены на 60-80%. Уровень знаний, умений, владений – средний;

- **5-6** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе усвоено основное, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, практических занятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности невысокий, наблюдаются пробелы и неточности; в решение кейс-задания верно выполнены некоторые этапы; тесты решены на 40-60%; уровень знаний, умений, владений – удовлетворительный;

- **менее 5** баллов выставляется студенту, если в теоретическом вопросе не изложено основное содержание учебного материала, изложение фрагментарное, не последовательное; определения понятий не четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности очень низкий; тесты решены менее, чем на 40 %; уровень знаний, умений, владений – недостаточный.

**Методическая разработка учебного занятия**

Разработать план-конспект занятия по гимнастике:

1. Обучение техники выполнения опорного прыжка через гимнастического коня согнув ноги.
2. Совершенствование комплекса акробатики, комплекса на параллельных брусьях, перекладина - подъем переворотом (М)
- Совершенствование комплекса акробатики, комплекса на гимнастическом бревне (Ж)
3. Развитие физических качеств: силы (упражнение планка)

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

**Критерии оценки методической разработки учебного занятия**

**Оценка «5»** – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен без ошибок.

**Оценка «4»** – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен с небольшими недочетами.

**Оценка «3»** – план конспект занятия подготовлен в соответствии с требованиями, отвечает задачам урокам, удерживаются все дидактические принципы. Составлен с ошибками.

**Вопросы для семинаров**

**Спорт и спортивная подготовка как основа содержания дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование».**

1. Спорт, его роль и организация в обществе. 2. Типы и виды спорта. 3. Профессиональные умения и навыки преподавателя по физической культуре и спорту, тренера. 4. Спортивная техника. 5. Спортивная стратегия и тактика. 6. Взаимосвязь техники, тактики, физических способностей в процессе соревновательной и тренировочной деятельности.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знаниями, анализировать информацию.

**Критерии оценки (в баллах):**

- **5** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;

- **4** балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;

- **3** балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;

- **0-2** балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

**Контрольный норматив**

Данный метод дает возможность с помощью специально подобранных контрольных упражнений и нормативов оценить уровень физической, технической, тактической и других сторон подготовленности испытуемых, а также изменение этого уровня на различных этапах учебно-тренировочного процесса.

1.Конь: «прыжок согнув ноги». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

2.Конь: «прыжок ноги врозь». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

3.Конь: «прыжок углом». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

4.Конь: «прыжок боком». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

5.Брусья: «кувырок вперед». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

6.Брусья: «соскок махом вперед». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

7.Брусья: «соскок ноги врозь на концах жердей». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

8.Брусья: «подъем махом вперед». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

9.Перекладина: «подъем переворотом в упор махом одной, толчком другой». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

10.Перекладина: «подъем правой (левой) с разбега в упор, ноги врозь». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

11.Перекладина: «оборот вперед в упор, ноги врозь правой (левой)». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

- 12.Перекладина: «оборот назад в упоре, ноги врозь правой (левой). (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 13.Перекладина: «соскок махом вперед и назад». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 14.Перекладина: «соскок дугой». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 15.Акробатика: «кувырок вперед в группировке». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 16.Акробатика: «длинный кувырок вперед в группировке». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 17.Акробатика: «кувырок вперед в стойку на лопатках». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 18.Акробатика: «высоко-далекий кувырок вперед в группировке». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 19.Акробатика: «кувырок назад согнувшись». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 20.Акробатика: «переворот боком». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 21.Акробатика: «кувырок назад в группировке». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 22.Акробатика: «переворот вперед, махом одной толчком другой». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 23.Акробатика: «стойка на лопатках». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 24.Акробатика: «стойка на голове». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 25.Акробатика: «стойка на руках, махом одной толчком другой». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 26.Акробатика: «мост из положения лежа на спине и с наклоном назад». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)
- 27.Акробатика: «мост с поворотом кругом вправо (влево)». (Техника исполнения. Методика обучения. Страховка.)

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

### **Критерии оценки успеваемости по технике владения двигательными действиями (умениями и навыками).**

**Оценка «5»** – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

**Оценка «4»** – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

**Оценка «3»** – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

### **Практическое задание**

#### Практическое задание

122. Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка вперед из стойки на руках, кувырок назад. Анализ ошибок, предложить подводящие упражнения для исправления данных ошибок.

123. Методика обучения, техника исполнения, страховка седа с прямыми ногами из основной стойки, кувырка назад согнувшись. Анализ ошибок, предложить подводящие упражнения для исправления данных ошибок.

124. Методика обучения, техника исполнения, страховка кувырка назад прогнувшись через плечо, кувырка назад через стойку и приземление. Анализ ошибок, предложить подводящие упражнения для исправления данных ошибок.

### **Шкала оценки успеваемости по способам (умениям) осуществлять учебно-тренировочную деятельность**

**Оценка «5»** – учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности, или комплекс упражнений направленных на развитие данного физического качества, может самостоятельно организовывать место занятия, подобрать инвентарь и применить в конкретных условиях, контролировать ход выполнения заданий и оценить его.

**Оценка «4»** – имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной тренировочной деятельности.

**Оценка «3»** – допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных конкретной физической (двигательной) способности. Испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги задания.

**Оценка «2»** – учащийся не владеет умением осуществлять различные виды учебно-тренировочной деятельности.

### **Реферат**

1. Научно-исследовательская работа студента в системе подготовки специалиста физической культуры по виду спорта.
2. Причины ошибок в технике выполнения физических упражнений и пути их предупреждения.
3. Методика овладения учащимися двигательными умениями высшего порядка.
4. Система познавательной деятельности учащихся (студентов) на уроках в школе.
5. Формирование специальных знаний в процессе обучения двигательным действиям учащихся в процессе игровой деятельности.
6. Сущность ловкости и методика ее развития (быстроты, силы, скоростно-силовой подготовки, выносливости, гибкости) в различных видах спорта.
7. Обоснование урока как основной формы организации физического воспитания учащейся молодежи.
8. Личность специалиста физической культуры и возможности ее формирования в системе школа-колледж-школа.
9. Нравственное воспитание личности в системе занятий физическими упражнениями (умственное, эстетическое, трудовое).
10. Коммуникативно-организаторская деятельность специалиста физической культуры и возможности освоения ею студентами в процессе учебно-игровой деятельности.
11. Спортивная ориентация и отбор перспективных спортсменов.
12. Пути приобретения физкультурно-педагогических умений в процессе занятий спортом.
13. Мотивация физкультурно-педагогической деятельности тренера, педагога по виду спорта, условия ее формирования у будущих специалистов физической культуры.
14. Формирование индивидуального стиля деятельности тренера по виду спорта.
15. Современные подходы к оценке физической (технической, тактической, психологической) подготовленности спортсменов.
16. Современные подходы к организации тренировочной работы.
17. Моделирование спортивной тренировки.
18. Построение тренировочного процесса в различные возрастные периоды с учетом соревновательной деятельности.
19. Особенности проведения различных форм занятий.
20. Прогнозирование надежности соревновательной деятельности спортсменов.

четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию.

#### **Критерии оценки**

- **отлично** выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию, владение навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **хорошо** выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки в умении анализировать информацию, есть недочеты во владении навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **удовлетворительно** выставляется студенту, если усвоено основное содержание материала, но не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы выводы и обобщения; уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы невысокий;
- **неудовлетворительно** баллов выставляется студенту, если не изложено основное содержание материала, изложение фрагментарное, не последовательное; не использованы выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы очень низкий.

#### **Зачет**

Зачет является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций.

Примерные вопросы к зачету, 3 курс / 8 сессия

1. Спорт, его роль и организация в обществе.
2. Типы и виды спорта
3. Место спорта в общей системе физического воспитания
4. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов
5. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки
6. Спортивная техника как предмет обучения
7. Классификация средств и методов обучения двигательным действиям
8. Этапность обучения двигательным действиям
9. Тактические действия спортсмена и методика обучения им
10. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей
11. Сензитивные периоды развития двигательных особенностей
12. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе
13. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа
14. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками
15. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов
16. Тренировка как многолетний процесс
17. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов
18. Задачи, содержание и методика тренировки высококвалифицированных спортсменов
19. Спортивная ориентация и отбор
20. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов
21. Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки
22. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов

## Методические материалы, определяющие процедуру оценивания зачета

При оценке ответа на зачете максимальное внимание должно уделяться тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий, насколько ответ самостоятельный, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высокий уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации.

При оценивании зачета учитываются результаты всей практической деятельности студентов в рамках дисциплины в течение семестра. Зачет выставляется при условии правильного выполнения в полном объеме всех заданий.

### Критерии оценки:

**«зачтено»** выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Все задания и практические работы за семестр выполнены полностью без неточностей и ошибок;

**«не зачтено»** выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент допустил грубые ошибки при выполнении практических работ в семестре или не выполнил задания.

### Экзаменационные билеты

Экзамен (зачет) является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций. Структура экзаменационного билета: в билете указывается кафедра в рамках нагрузки которой реализуется данная дисциплина, форма обучения, направление и профиль подготовки, дата утверждения; билет может включать в себя теоретический(ие) вопрос(ы) и практическое задание (кейс-задание).

Примерные вопросы к экзамену, 3 курс / 9 сессия

1. Спорт, его роль и организация в обществе.
2. Типы и виды спорта
3. Место спорта в общей системе физического воспитания
4. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов
5. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки
6. Спортивная техника как предмет обучения
7. Классификация средств и методов обучения двигательным действиям
8. Этапность обучения двигательным действиям
9. Тактические действия спортсмена и методика обучения им
10. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей
11. Сензитивные периоды развития двигательных особенностей
12. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе
13. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа
14. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками
15. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов
16. Тренировка как многолетний процесс
17. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов
18. Задачи, содержание и методика тренировки высококвалифицированных спортсменов
19. Спортивная ориентация и отбор
20. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов
21. Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки

22. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов
23. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов
24. Основы управления подготовкой спортсменов
25. Педагогические направления подготовки спортсменов
26. Педагогические средства восстановления в спорте
27. Психологические средства восстановления в спорте
28. Утомление и восстановление в спорте
29. Медико – биологические средства восстановления в спорте
30. Характеристика детского спортивного коллектива
31. Этапы спортивной тренировки гимнастов
32. Принципы спортивной тренировки гимнастов
33. Структура тренировочного процесса спортсменов
34. Учет результатов учебно – тренировочной работы гимнастов
35. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике
36. Виды и характеристика соревнований по гимнастике
37. Документы, необходимые для проведения соревнований
38. Состав и работа судейской коллегии на соревнованиях по гимнастике
39. Подготовка и проведение соревнований по гимнастике
40. Судейство соревнований по гимнастике
41. Особенности проведения массовых соревнований
42. Подготовка судей по гимнастике
43. Методическая подготовка учителя физической культуры, педагога – тренера в области гимнастики
44. Основы методического мастерства учителя и педагога тренера в области гимнастики

Образец экзаменационного билета

<p>МИНОБРНАУКИ РФ          ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ          ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ          «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»          БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ          Кафедра физической культуры и спорта</p>	
<p>Дисциплина: Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: гимнастика          заочная форма обучения          3 курс 9 сессия</p>	<p>Курсовые экзамены 20__-20__ г.          Направление 44.03.01 Педагогическое образование          Профиль: Физическая культура</p>
<p><b>Экзаменационный билет № 1</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Типы и виды спорта</li> <li>2. Основы управления подготовкой спортсменов</li> <li>3. Практическое задание</li> </ol>	
<p>Дата утверждения: __.__._____</p>	<p>Заведующий кафедрой          _____</p>

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения работ

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане

дисциплины: текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10.

При оценке ответа на экзамене максимальное внимание должно уделяться тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, насколько ответ самостоятельный, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высокий уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.

#### **Критерии оценки (в баллах):**

- **отлично** выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы билета, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Студент без затруднений ответил на все дополнительные вопросы. Практическая часть работы выполнена полностью без неточностей и ошибок;
- **хорошо** выставляется студенту, если студент раскрыл в основном теоретические вопросы, однако допущены неточности в определении основных понятий. При ответе на дополнительные вопросы допущены небольшие неточности. При выполнении практической части работы допущены несущественные ошибки;
- **удовлетворительно** баллов выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы студентом допущено несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Заметны пробелы в знании основных методов. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Студент не решил задачу или при решении допущены грубые ошибки;
- **неудовлетворительно** выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент не смог ответить ни на один дополнительный вопрос.

### **1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

#### **5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

##### **Основная литература**

1. Чеснова, Е.Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: учебно-методическое пособие / Е.Л. Чеснова. – Москва: Директ-Медиа, 2013. – 226 с.  
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946>

##### **Дополнительная литература**

1. Гимнастика : учеб. для студ. вузов, обуч. по спец. 033100-Физическая культура / М. Л. Журавин [и др.] ; под ред. М. Л. Журавина, Н. К. Меньшикова .— Москва : Академия, 2001 . — 444 с.
2. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование: гимнастика. Учебно-методическое пособие: Для студентов дневного и заочного отделения (направления подготовки 44.03.01 и 44.03.05 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности») / Авт.- сост. Д.Т. Нафиков – Бирск: Бирский филиал БашГУ, 2018. – 66 с.

#### **5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины**

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>.
3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elib.bashedu.ru/>.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/>.
7. Национальная платформа открытого образования proed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://npoed.ru/>.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://edu.bashkortostan.ru/>.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.

### Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия  
[https://www.google.com/intl/ru\\_ALL/chrome/privacy/eula\\_text.html](https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html)
2. Office Professional Plus - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159-ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021
3. Windows - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159- ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021

### 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 1 (тренажерный зал) (БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Зеркало настенное, шведская стенка, мат гимнастический, перекладина.
Аудитория 1 б (тренажерный зал)(БФ)	Для хранения оборудования	Коврик гимнастический, обруч гимнастический, скакалка.
Аудитория 10(ГЗ)	Для хранения оборудования	Набивной мяч, мат гимнастический, гимнастическая палка, скакалка, обруч.
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Компьютеры в сборе. Программное обеспечение 1. Office Professional Plus 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютеры в сборе, принтер samsung, сканер hp scanjet

		g2410. Программное обеспечение 1. Браузер Google Chrome 2. Office Professional Plus
Аудитория 406(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Проектор vivitek, настенный экран, классная доска, учебная мебель. Программное обеспечение 1. Office Professional Plus 2. Windows 3. Браузер Google Chrome
Гимнастический зал(ГЗ)	Семинарская, Для контроля и аттестации	Мат гимнастический, гимнастическое бревно, зеркало настенное, скамейки, перекладина высокая, козел гимнастический, брусья гимнастические мужские, брусья гимнастические женские, перекладина низкая, мостик гимнастический, конь гимнастический, канат спортивный.
Читальный зал(ФМ)	Для самостоятельной работы	Ксерокс kyosera, принтер canon Ibr 810, компьютеры в сборе, учебная мебель на 100 посадочных мест, учебно-методические материалы. Программное обеспечение 1. Office Professional Plus 2. Windows