

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 19.05.2025 23:14:16 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77b486b9e8788b8723727	 МИНОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	Рабочая программа дисциплины "Гимнастика и методика ее преподавания" по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профиль) Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1
--	---	--	--------

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Гимнастика и методика ее преподавания

Направление подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль)

Безопасность жизнедеятельности и физическая культура

Присваиваемая квалификация (степень)

бакалавр

Форма обучения

заочная

Год(ы) набора 2024

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2024 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины:

формировать способность использовать основные виды гимнастических упражнений в физкультурно-спортивной деятельности

Задачи изучения дисциплины: формировать способности -

- проводить занятия по гимнастике,

- обеспечивать соблюдение техники безопасности и профилактику травматизма на занятиях по гимнастике,

- осуществлять контроль состояния занимающихся и качество освоения техники основных видов гимнастических упражнений,

- осуществлять организацию физкультурных мероприятий и судейство массовых соревнований по спортивной гимнастике.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: К.М.07.06

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Гигиена физического воспитания и спорта

История физической культуры

Основы проектной деятельности

Теоретические основы физической культуры

Анатомо-физиологические основы двигательной активности

Биомеханика

Анатомия и физиология человека

Гигиена и экология человека

Основы медицинских знаний и доврачебная помощь

Физическая культура и спорт

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Методика обучения и воспитания по физической культуре

Психология физической культуры и спорта

Практикум по проектированию адаптированных образовательных программ для лиц с ОВЗ

Лечебная физическая культура и массаж

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов

Знать:

3.1. - значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними, неодномоментность и динамичность спортивной ориентации; - критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы); - особенности объединения разнородных диагностических данных о спортивной предрасположенности; - особенности начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки; - особенности планирования и методического обеспечения начальной спортивной ориентации и отбора на разных этапах спортивной подготовки; - анатомо-физиологические и психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; - научно-методические основы спортивной ориентации и начального отбора в избранном виде спорта (далее – ИВС); - особенности детей, одаренных в ИВС; - методики массового и индивидуального отбора в ИВС.

Уметь:

3.2. - ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации; - проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе



по результатам сдачи нормативов; - определять анатомо-физиологические показатели физического развития спортсменов; - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом; - использовать критерии спортивного отбора для оценки соответствия им физических качеств, достигнутых в процессе занятий физической культурой и спортом; - определять показатели и критерии начального отбора в ИВС; - интерпретировать результаты тестирования в ИВС; - использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию.

Владеть:

3.3. - технологией проведения антропометрических измерений для оценки физического развития спортсмена; - методами проведения оценки функционального состояния спортсмена; - основами применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта; - методикой обоснования подходов к отбору на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду; - технологией проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС; - техникой выявления наиболее перспективных обучающихся для их дальнейшего спортивного совершенствования; - правилами проведения набора и отбора на различных этапах спортивной подготовки и в спортивную команду.

ОПК-5: Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении

Знать:

5.1. структуру, виды, методы и формы контроля результатов обучения, теоретические положения по проведению объективной оценки знаний обучающихся на основе методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями обучающихся; способы преодоления затруднений в обучении на основе методов диагностирования образовательных результатов.

Уметь:

5.2. применять различные виды, методы и формы контроля результатов обучения; осуществлять контроль и оценку учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающихся; провести объективную оценку знаний обучающихся на основе методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей; применять инструментальный и методы диагностирования личности и детского коллектива, оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся.

Владеть:

5.3. навыками проектирования контрольно-диагностических материалов; современными способами диагностики в том числе с учетом применения информационно-коммуникационных технологий; навыками корректировки учебной деятельности исходя из данных контроля образовательных результатов с учетом индивидуальных возможностей и образовательных потребностей обучающихся и проектирования комплекса мероприятий по преодолению трудностей в обучении; методами и технологиями оценочных мероприятий (входная, промежуточная, итоговая диагностика).

ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

Знать:

3.1. основы применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями; типологию технологий индивидуализации обучения

Уметь:

3.2. взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся

Владеть:

3.3. методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.); действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 | **Знать:**



Рабочая программа дисциплины "Гимнастика и методика ее преподавания" по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю) Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 5

- 3.1.1 - организационные основы проведения физкультурно- спортивных мероприятий с использованием гимнастических упражнений, структуру техники основных гимнастических упражнений, средства, методы и методические приемы обучения технике гимнастических упражнений;
- 3.1.2 - основы техники безопасности на занятиях по гимнастике, основные причины травматизма и способы их предупреждения;
- 3.1.3 - основные средства и методы контроля эффективности техники гимнастических упражнений, основные признаки изменения состояния занимающихся;
- 3.1.4 - Правила спортивной гимнастики. Методику организации и проведения массовых соревнований по спортивной гимнастике. Требования к документам планирования и учета соревновательной деятельности.
- 3.2 Уметь:**
- 3.2.1 - выполнять качественный показ основных гимнастических упражнений, составлять планы и проводить занятия по гимнастике, использовать средства и методы физической подготовки в занятиях по гимнастике, использовать средства, методы и методические приемы обучения технике основных гимнастических упражнений;
- 3.2.2 - реализовывать правила техники безопасности в организации и проведении занятий по гимнастике, предупреждать типичные ошибки в технике упражнений;
- 3.2.3 - выбирать адекватные средства и методы текущего контроля на занятиях по гимнастике;
- 3.2.4 - Составлять Положения о соревнованиях. Проводить основные организационные мероприятия для участников соревнований.
- 3.3 Владеть:**
- 3.3.1 - методикой проведения занятий с использованием гимнастических упражнений;
- 3.3.2 - способами безопасного построения упражнений и занятий, способами предупреждения травматизма при занятиях спортивной гимнастикой;
- 3.3.3 - способами оценки качества выполнения гимнастических упражнений (видеть и устранять типичные и индивидуальные ошибки при выполнении основных гимнастических упражнений);
- 3.3.4 - Способами определения победителей, организационными навыками по проведению соревнований.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость		4 ЗЕТ
Часов по учебному плану	: 144	Виды контроля на курсах: экзамены 3
в том числе	:	
аудиторные занятия	: 8	
самостоятельная работа	: 123,4	
часов на контроль	: 9	
контактная работа:	11,6	
ИКР:	3,6	

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Литература
	Раздел 1. Практический курс			
1.1	Тема 1. Гимнастика как вид физических упражнений. Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта. Основы техники гимнастических упражнений. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2



Рабочая программа дисциплины "Гимнастика и методика ее преподавания" по направлению подготовки (специальности) 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" направленности (профилю) Безопасность жизнедеятельности и физическая культура ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 6

1.2	Тема 2. Техника безопасности на занятиях по гимнастике Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и само страховка при выполнении гимнастических упражнений. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.3	Тема 3. Гимнастическая терминология. Происхождения и основные правила формирования гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.4	Тема 4. Строевые упражнения. Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.5	Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами. /Пр/	3	1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.6	Тема 6. Виды и структура занятий по гимнастике. Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике. /Пр/	3	1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.7	Тема 7. Основы акробатических упражнений. Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.8	Тема 8. Снарядная гимнастика. Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спады, подъемы, соскок. Упражнения на брусках – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности. /Пр/	3	0,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.9	Тема 9. Методические основы обучения в гимнастике. Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям. /Пр/	3	1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3



1.10	Тема 10. Физическая подготовка на занятиях по гимнастике. Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями. /Пр/	3	1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.11	Тема 11. Соревнования по спортивной гимнастике. Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике. /Пр/	3	1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
1.12	Курсовая работа /ИКР/	3	3,6	
Раздел 2. Самостоятельная работа студентов				
2.1	Тема 1. Гимнастика как вид физических упражнений. Роль гимнастики в системе физического воспитания. Классификация видов гимнастики. История развития гимнастики как системы упражнений и вида спорта в России и за рубежом. Основы техники гимнастических упражнений. Гимнастика как базовый вид физических упражнений в системе образования. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.2	Тема 2. Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Правила поведения в гимнастическом зале. Требования к одежде и инвентарю. Техника безопасности при выполнении различных видов гимнастических упражнений. Правила предупреждения травматизма. Страховка и самостраховка при выполнении гимнастических упражнений. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.3	Тема 3. Гимнастическая терминология. Происхождения и основные правила формирования гимнастической терминологии. Описание положений и движений туловища и конечностей в гимнастических упражнениях. Способы записи упражнений. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.4	Тема 4. Строевые упражнения. Значение строевых упражнений в организации деятельности занимающихся гимнастическими упражнениями. Суть и виды построений, перестроений, перемещений. Правила подачи команд. /Ср/	3	14,4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.5	Тема 5. Общеразвивающие упражнения. Общая характеристика, классификация общеразвивающих упражнений. Правила построения комплексов общеразвивающих упражнений. Особенности записи упражнений с предметами. Составление комплексов упражнений с гимнастическими палками, скакалками, у шведской стенки. /Ср/	3	16	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3



2.6	Тема 6. Виды и структура занятий по гимнастике. Формы урочных и неурочных занятий. Цели, задачи и содержание подготовительной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание основной части занятия по гимнастике. Цели, задачи и содержание заключительной части занятия по гимнастике. Особенности использования подвижных игр в занятиях по гимнастике. /Ср/	3	9	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.7	Тема 7. Основы акробатических упражнений. Значение, классификация акробатических упражнений. Основы техники. Стойки. Равновесия. Различные виды кувырков. Колесо. Мост наклоном назад и поворот кругом в упор присев. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.8	Тема 8. Снарядная гимнастика. Упражнения на перекладине – основы техники, правила техники безопасности. Висы, спады, подъемы, соскок. Упражнения на брусьях – основы техники, правила техники безопасности. Размахивания, подъемы, перевороты, соскок. Упражнения на бревне - основы техники, правила техники безопасности. Различные виды ходьбы, равновесие, соскок. Опорные прыжки – виды, техника, правила безопасности. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.9	Тема 9. Методические основы обучения в гимнастике. Реализация дидактических принципов, этапы обучения, средства и методы обучения, особенности формирования двигательных навыков в различных видах упражнений. Возрастные особенности обучения гимнастическим упражнениям. Использование нестандартного оборудования в обучении гимнастическим упражнениям. /Ср/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.10	Тема 10. Физическая подготовка на занятиях по гимнастике. Контроль и развитие ловкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие гибкости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие силовых способностей на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Контроль и развитие выносливости на занятиях по гимнастике, возрастные особенности использования средств и методов. Способы регулирования нагрузки. Соотношение общих и специальных качеств в физической подготовке занимающихся гимнастическими упражнениями. Использование нестандартного оборудования в развитии физических способностей на занятиях по гимнастике. /Ср/	3	18	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3
2.11	Тема 11. Соревнования по спортивной гимнастике. Правила вида спорта, требования к документам планирования и отчетности по проведению соревнований. Виды соревнований. Требования к участникам, организаторам, судьям. Основы судейства в спортивной гимнастике. Анализ выступления спортсменов на различных соревнованиях. /Ср/	3	18	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Э1 Э2 Э3

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

1. Письменная работа (реферат)
2. Тестовый опрос уровня теоретических и методических знаний.
3. Проверка практических навыков



4. Экзамен

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

В рамках текущего контроля в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины "Гимнастика и методика её преподавания", учитывается письменная работа, результаты тестового контроля и проверка практических навыков.

А) ТЕМЫ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ:

1. Характеристика гимнастики как одного из основных средств и методов физического воспитания населения.
2. Гимнастика как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
3. Средства гимнастики (краткая характеристика каждого из них).
4. Виды гимнастики (краткая характеристика каждой группы).
5. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
6. Характеристики оздоровительных видов гимнастики.
7. Характеристика спортивных видов гимнастики.
8. Значение гимнастической терминологии.
9. Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
10. Способы образования и правила применения терминов в гимнастике.
11. Правила условных сокращений в гимнастической терминологии.
12. Правила и формы записи общеразвивающих упражнений.
13. Правила записи акробатических и вольных упражнений.
14. Правила записи упражнений на снарядах.
15. Термины общеразвивающих упражнений.
16. Термины упражнений на снарядах.
17. Термины акробатических упражнений.
18. Особенности гимнастических упражнений как средства физического воспитания.
19. Строевые упражнения: характеристика, содержание, применение.
20. Общеразвивающие упражнения: характеристика, применение.
21. Упражнения на снарядах: содержание, значение, место в уроке.
22. Прикладные упражнения: содержание, значение, применение.
23. Прыжки в гимнастике: содержание, значение, применение.
24. Акробатические упражнения: содержание, значение, применение.
25. Вольные упражнения: характеристика, значение, применение.
26. Правила и методика составления комплекса общеразвивающих упражнений.
27. Общеразвивающие упражнения как метод развития физических качеств.
28. Методика проведения строевых упражнений.
29. Методика проведения общеразвивающих упражнений.
30. Общеразвивающие упражнения на вспомогательных снарядах и особенности их проведения.
31. Игры и эстафеты в гимнастике: назначение, применение.
32. Основные задачи применения средств гимнастики.
33. Основы обучения гимнастическим упражнениям. Цели и задачи обучения в гимнастике.
34. Основы обучения технике упражнений на гимнастических снарядах.
35. Методы обучения в гимнастике.
36. Реализация дидактических принципов при обучении гимнастическим упражнениям.
37. Приемы обучения упражнениям на снарядах.
38. Этапы обучения двигательным действиям.
39. Упражнения на снарядах: классификация и особенности обучения.
40. Акробатические упражнения: классификация и особенности обучения

Б) ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ – ПРОВЕРКА ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

1. Общеразвивающие упражнения без предметов.
2. Общеразвивающие упражнения с предметами.
3. Упражнения на гимнастических снарядах.
4. Упражнения на гимнастической стенке, скамейке и в парах. акробатические упражнения.
5. Упражнения художественной гимнастики.
6. Строевые упражнения (строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющий, замыкающий, шеренга, колонна).
7. Построение.
8. Перестроение: из одной шеренги в две, из двух шеренг в одну, из одной шеренги в три.
9. Силовые упражнения.



6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены тестовым опросом уровня теоретических и методических знаний и темами письменных работ.

А) ТЕСТИРОВАНИЕ.

Проводится по балльно-рейтинговой системе оценки. Тестовые задания в закрытой форме при необходимости выбора единственного верного ответа или нескольких верных ответов. Используются также задания на сопоставление вариантов и в открытой форме с вводом короткого ответа (одним словом). Для получения оценки «зачтено» необходимо верно ответить не менее, чем на 60% тестовых заданий.

Примеры тестовых заданий:

- Под какую ногу подается исполнительная команда для поворота направо в движении и что нужно делать?
- а) под левую ногу, после чего занимающиеся сразу с поворотом направо двигаются вперед в новом направлении
 - б) под левую ногу, после чего занимающиеся выполняют шаг правой, левой и с поворотом направо двигаются вперед в новом направлении
 - в) под правую ногу, после чего занимающиеся, делая шаг левой вперед, поворачиваются на левом носке и с правой ноги начинают движение в новом направлении.
 - г) под любую

- Какой документ определяет характер соревнований по спортивной гимнастике?

- а) правила соревнований
- б) положения о соревнованиях
- в) программа соревнований
- г) устав федерации

- Размер площадки для вольных упражнений -

- а) 3x3 м
- б) 5x5 м
- в) 14x14 м
- г) 20x20 м

- В каких видах упражнений многоборья гимнастам разрешается заменить длинное трико на гимнастические трусы?

- а) упражнение на перекладине
- б) вольные упражнения
- в) опорный прыжок
- г) упражнение на параллельных
- д) брусьях
- е) прыжки на батуте

- Какой момент считается началом выполнения упражнения (за исключением опорного прыжка)?

- а) выход гимнаста(тки) из раздевального помещения
- б) выход гимнаста(тки) к стартовой линии
- в) сигнал судьи-информатора о
- г) готовности спортсмена
- д) принятие гимнастом(ткой) основной стойки перед снарядом

- Каким образом происходит представление гимнаста(ки) судьям до начала и по окончании выполнения упражнения?

- а) поднятие одной или двух рук
- б) наклон туловища вперед
- в) круговое движение правой рукой
- г) показ своего номера пальцами рук

Б) ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К УСТНОМУ ЭКЗАМЕНУ:

1. Виды гимнастики. Методические особенности гимнастики.
2. Классификация гимнастических упражнений.



3. Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике.
4. Гимнастика в Древней Греции.
5. Развитие гимнастики в Средние века, основные направления.
6. Возникновение, создатели, особенности немецкой гимнастики XIX века.
7. Возникновение, создатели, особенности Сокольской гимнастики.
8. Возникновение, создатели, особенности шведской гимнастики.
9. Гимнастика в программе современных Олимпийских игр с 1896 года.
10. История развития гимнастики в нашей стране до 1917 года.
11. Развитие спортивной гимнастики в СССР.
12. Современный этап развития спортивной гимнастики в РФ.
13. Возникновение, развитие гимнастической терминологии.
14. Основные требования и правила терминологии.
15. Терминология акробатических упражнений.
16. Терминология общеразвивающих упражнений.
17. Терминология упражнений на снарядах.
18. Строевые упражнения, классификация, методика обучения в зависимости от возраста.
19. Общеразвивающие упражнения, их характеристика и классификация.
20. Формы и правила записи ОРУ.
21. Способы проведения ОРУ, их особенности и характеристика.
22. Правила построения комплексов ОРУ.
23. Методы обучения гимнастическим упражнениям.
24. Контроль нагрузки в занятиях по гимнастике.
25. Упражнения в висах, разновидности висов, методика обучения.
26. Упражнения в лазании, перелазании, методика обучения.
27. Упражнения в равновесии, методика обучения.
28. Упражнения в упорах, разновидности упоров, методика обучения.
29. Классификация прыжков в гимнастике, фазы опорного прыжка.
30. Методика обучения опорным прыжкам.
31. Урок гимнастики в школе, виды уроков, структура.
32. Общая плотность урока гимнастики, характеристика и способы ее увеличения.
33. Моторная плотность урока гимнастики, ее характеристика. Приемы повышения моторной плотности.
34. Подготовительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
35. Основная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
36. Заключительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
37. Методики развития ловкости на занятиях по гимнастике.
38. Методики развития гибкости на занятиях по гимнастике.
39. Методики развития выносливости на занятиях по гимнастике.
40. Методики развития силы на занятиях по гимнастике.
41. Музыкальное сопровождение в гимнастике.
42. Оборудование мест для занятий гимнастикой.
43. Требования к снарядам и одежде в для спортивной гимнастике.
44. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
45. Страховка, самостраховка, помощь на занятиях по гимнастике.
46. Виды гимнастики. Методические особенности гимнастики.
47. Классификация гимнастических упражнений.
48. Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике.
49. Гимнастика в Древней Греции.
50. Развитие гимнастики в Средние века, основные направления.. Возникновение, создатели, особенности немецкой гимнастики XIX века.
51. Возникновение, создатели, особенности Сокольской гимнастики.
52. Возникновение, создатели, особенности шведской гимнастики.
53. Гимнастика в программе современных Олимпийских игр с 1896 года.
54. История развития гимнастики в нашей стране до 1917 года.
55. Развитие спортивной гимнастики в СССР.
56. Современный этап развития спортивной гимнастики в РФ.
57. Возникновение, развитие гимнастической терминологии. Основные требования и правила терминологии.
58. Терминология акробатических упражнений.
59. Терминология общеразвивающих упражнений.
60. Терминология упражнений на снарядах.
61. Контроль нагрузки в занятиях по гимнастике.



62. Строевые упражнения, классификация, методика обучения в зависимости от возраста.
63. Общеразвивающие упражнения, их характеристика и классификация.
64. Правила построения комплексов ОРУ.
65. Формы и правила записи ОРУ.
66. Способы проведения ОРУ, их особенности и характеристика.
67. Методы обучения гимнастическим упражнениям.
68. Упражнения в висах, разновидности висов, методика обучения.
69. Упражнения в лазании, перелазании, методика обучения.
70. Упражнения в равновесии, методика обучения.
71. Упражнения в упорах, разновидности упоров, методика обучения.
72. Классификация прыжков в гимнастике, фазы опорного прыжка.
73. Принципы обучения гимнастическим упражнениям.
74. Методика обучения опорным прыжкам.
75. Урок гимнастики в школе, виды уроков, структура.
76. Общая плотность урока гимнастики, характеристика и способы ее увеличения.
77. Моторная плотность урока гимнастики, ее характеристика. Приемы повышения моторной плотности.
78. Подготовительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
79. Основная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
80. Заключительная часть урока гимнастики, задачи, содержание.
81. Методики развития физических качеств на занятиях по гимнастике.
82. Музыкальное сопровождение в гимнастике.
83. Оборудование мест для занятий гимнастикой.
84. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
85. Страховка, само страховка, помощь на занятиях по гимнастике.
86. Подготовка и организация спортивно-массовых мероприятий (вечеров, спортивных праздников, театрализованных представлений).
87. Документы планирования и отчетности при проведении соревнований.
88. Виды соревнований в гимнастике, состав судейской коллегии, судейских бригад на отдельных видах.
89. Основы судейства в гимнастике (критерии судейства, классификация ошибок, выведение средней оценки).

6.4. Критерии оценивания

1. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПИСЬМЕННОЙ РАБОТЫ (реферата)

Максимальный балл за письменную работу – 20 баллов.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, в том числе в сети Интернет) и выделение наиболее важных и современных работ по теме реферата, структурирование изложения темы, а также уровень владения понятиями, качество представления работы, умение отвечать на вопросы.

18–20 баллов – Отлично (зачтено) (уровень освоения проверяемых компетенций - высокий): знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

15–17 баллов – Хорошо (зачтено) (уровень освоения проверяемых компетенций - средний): знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы. В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.

10–14 баллов – Удовлетворительно (зачтено) (уровень освоения проверяемых компетенций - базовый): знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы. При ответе на вопросы обучающийся не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления. Обучающимся допущены фактические ошибки. Обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний

0–9 баллов – Неудовлетворительно (не зачтено) (уровень освоения проверяемых компетенций - низкий): не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы. Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий. В ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний. На большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы. Из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.

2. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОХОЖДЕНИЯ ТЕСТА Тест формируется на бумажном носителе или в



системе дистанционного обучения Moodle. Максимальный балл за тест – 60 баллов.

Уровень освоения проверяемых компетенций

54–60 баллов – Отлично (зачтено)	высокий
42–53 балла – Хорошо (зачтено)	средний
30–41 балл – Удовлетворительно (зачтено)	базовый
0–29 баллов – Неудовлетворительно (не зачтено)	низкий

3. ЭКЗАМЕН, КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УСТНОГО ОТВЕТА

Уровни сформированности компетенций на экзамене определяется следующим образом:

Критерии оценивания знаний студентов на экзамене:

91–100 баллов - высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке – «отлично»:

– демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять;

– дается комплексная оценка предложенной ситуации;

– последовательное, правильное выполнение всех заданий;

– умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

76–90 баллов – средний уровень соответствует оценке «хорошо», предполагает формирование компетенций на менее высоком уровне:

– неполные, но достаточные знания теоретического материала и умение их применять;

– дается комплексная оценка предложенной ситуации с незначительными ошибками;

– последовательное, с незначительными ошибками выполнение всех заданий;

– возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя;

– умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

60–75 баллов – базовый уровень соответствует оценке «удовлетворительно», предполагает формирование компетенций на начальном уровне:

– удовлетворительные знания теоретического материала, требующие наводящих вопросов преподавателя;

– затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации;

– выполнение заданий при подсказке преподавателя;

– затруднения в формулировке выводов.

0–59 баллов – низкий уровень соответствует оценке «неудовлетворительно»:

– не умеет выделять главное и второстепенное. Допускает ошибки в определении понятий, формулировке теоретических положений, искажающих их смысл;

– не ориентируется в нормативно-концептуальных, программно-методических, исследовательских материалах, беспорядочно и неуверенно излагает материал;

– не умеет соединять теоретическое положение с практикой;

– неумение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы.

4. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ:

«отлично» - комплекс упражнений выполнен в полном объеме, техника выполнения упражнений правильная, правила техники безопасности не нарушены.

«хорошо» - комплекс упражнений выполнен в полном объеме, техника выполнения отдельных упражнений выполнена неправильно, правила техники безопасности не нарушены.

«удовлетворительно» - комплекс упражнений выполнен не в полном объеме, техника выполнения отдельных упражнений выполнена неправильно, правила техники безопасности не нарушены.

«неудовлетворительно» - комплекс упражнений выполнен не в полном объеме, техника выполнения упражнений выполнена неправильно с нарушением техники безопасности.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л1.1	Миронов В.М., Рабиль Г.Б.	Гимнастика. Методика преподавания: учебник (http://znanium.com/catalog/document?id=376177)	Минск : ООО "Новое знание", 2021	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.1	Фохтин В. Г.	Атлетическая гимнастика без снарядов: научно-популярное издание (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436074)	Москва : Директ -Медиа, 2016	ЭБС



	Авторы,	Заглавие	Издательство,	Ресурс
Л2.2	Алаева Л. С., Клецов К. Г., Зябрева Т. И.	Гимнастика: общеразвивающие упражнения: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271)	Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017	ЭБС
Л2.3	Ерёмина Л. В.	Атлетическая гимнастика: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491926)	Челябинск : Челябинская государственная академия культуры и искусств, 2011	ЭБС
Л2.4	Баршай В.М., Курысь В.Н., Павлов И.Б.	Гимнастика: учебник (https://book.ru/book/921315)	Москва : КноРус, 2017	ЭБС
Л2.5	Куршев А. В.	Оздоровительная гимнастика для студентов вуза, имеющих отклонения в состоянии здоровья: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=612414)	Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2019	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» - раздел "Журналы открытого доступа" (https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_free.asp) на 01.10.2018 г. содержит более 6000 научных журналов http://www.elibrary.ru (https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_free.asp)
Э2	Национальная электронная библиотека (НЭБ) (https://rusneb.ru/) Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. – URL: http://нэб.рф . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки ЧелГУ. – Текст : электронный. https://rusneb.ru/
Э3	Лекториум - просветительский проект: массовые открытые онлайн-курсы, открытый видеоархив лекций вузов России https://www.lektorium.tv https://www.lektorium.tv

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Connect Acrobat
LMS Moodle
MS Office365
Adobe Reader
WinDjView
MikTex

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (https://elibrary.ru/defaultx.asp?) eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: https://elibrary.ru . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст : электронный.
2.Справочник «Информо» (http://www.informio.ru/) ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научнопрактическими материалами]. – URL: http://www.informio.ru/ . – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей ЧелГУ. – Текст : электронный.
3.Национальная электронная библиотека (НЭБ) (https://rusneb.ru/) Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. – URL: http://нэб.рф . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки ЧелГУ. – Текст : электронный.
4.Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» (http://www.consultant.ru/) КонсультантПлюс : справочно-правовая система : база данных / Региональный центр правовой информации Информправо. – Москва, 1992 – . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки. – Текст : электронный.



8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы. Реализация программы "Гимнастика и методика её преподавания" осуществляется в учебном кабинете по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки в спортивном зале.

Для реализации программы учебной дисциплины по практическому курсу имеется в наличии следующее спортивное сооружение с соответствующим набором специального спортивного инвентаря и оборудования:

Тренажерный зал:

Оборудование: весы электронные ВТ150 – 1 шт.; комплекс силовой BASIL – 1 шт.; скамейка для жима под углом вверх – 1 шт.; скамейка для жима горизонтальная – 1 шт.; машина Смита – 1 шт.; станок для разгибания спины – 1 шт.; рамка для приседаний – 1 шт.; штанга «Олимпийская» 265 кг – 2 шт.; диск «Олимпийский» 10 кг – 4 шт.; блок для мышц спины (тяги сверху) – 1 шт.; тренажер для мышц-разгибателей бедра – 1 шт.; тренажер для мышц-сгибателей бедра – 1 шт.; скамейка Скотта – 1 шт.; скамейка горизонтальная регулируемая – 1 шт.; блочная рамка – 1 шт.; стеллаж угловой – 1 шт.; эллипсоид – 1 шт.; жим ногами (угол 45°) – 1 шт.; голень-машина (стоя) – 1 шт.; тренажер для приводящих-отводящих мышц бедра – 1 шт.; гантели – 65 шт.; скамейки – 6 шт.; стол для армрестлинга – 2 шт.; гриф W-образный с зам. 50 мм – 1 шт.; ростомер медицинский – 1 шт.; мат гимнастический – 1 шт.; шведская стенка – 3 шт.; музыкальный центр – 1 шт.

Универсальный зал:

Оборудование: шведская стенка – 9 шт.; перекладина съемная – 4 шт.; скамья гимнастическая – 11 шт.; маты гимнастические (татами) – 58 шт.; скакалки – 10 шт.; гантели – 20 шт.; обручи – 10 шт.

Гимнастический зал с мягким покрытием.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Обучение по дисциплине «Гимнастика и методика её преподавания» предполагает изучение курса на аудиторных занятиях (практические занятия) и самостоятельной работы студентов. Практические занятия дисциплины предполагают проведение в различных формах с целью выявления полученных знаний, умений, навыков и компетенций с проведением контрольных мероприятий. Занятия проводятся в соответствии с требованиями по технике безопасности в технически и методически оснащенных кабинетах в соответствии с учебным расписанием. Освоению дисциплины предшествует обязательное изучение учебных дисциплин как Анатомия, Физиология с основами биохимии, Гигиенические основы физической культуры и спорта, Основы врачебного контроля, Педагогика, Психология, Теория и история физической культуры и спорта, Правовое обеспечение профессиональной деятельности, Основы биомеханики, Безопасность жизнедеятельности.

ПОДГОТОВКА К ТЕСТАМ. Тест — это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными.

Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо: – проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;

– выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.

– работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);

– в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.

– решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.

– оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой в структуре 100–балльной системы.

На самостоятельной работе обучающимся прививается практика работы с нормативной, специальной литературой, а также навыки самостоятельного научного поиска и исследовательской работы. Такие занятия помогают осуществлять обратную связь и оказать практическую помощь студентам при подготовке к практическим занятиям.



Итогом теоретической подготовки является написание РЕФЕРАТИВНОЙ работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики Гимнастики, цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику Гимнастики, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме. Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения. Объем работы должен быть 15–20 страниц стандартизированного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеofilмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL-адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого текста в объеме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения экзамена студенту необходимо набрать не менее 60 баллов из 100 возможных.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение умениями и навыками проведения ЛФК и массажа, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области ЛФК и массажа (тестирование проводится на бумажном носителе или в системе MOODL, время проведения теста 20 минут). Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы, успешности сдачи тестов и практических навыков.

В освоении дисциплины «Гимнастика и методика её преподавания» инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету является важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению положительного психологического контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (онлайн-лекции (вебинары), чаты, видеоконференции и др.) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, MSOffice365, форумы, электронная почта и др.).

Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и т.п.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение, дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Реализация дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ЭО, ДОТ) осуществляется на основании «Положения о реализации основных и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Челябинский государственный университет», «Положения о порядке зачета обучающимися по основным профессиональным образовательным программам высшего образования в ФГБОУ ВО «ЧелГУ» результатов освоения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, дополнительных образовательных программ» посредством электронной информационно-образовательной среды ФГБОУ ВО «ЧелГУ». В исключительных случаях (форс-мажор и т.п.) при реализации образовательной деятельности с применением ЭО, ДОТ могут применять компоненты, не входящие в перечень электронной информационно – образовательной среды.



ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ. К экзамену необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией: программой дисциплины; перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть; контрольными мероприятиями; учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами.

После этого у вас должно сформироваться четкое представление об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по дисциплине. Систематическое выполнение учебной работы на практических занятиях позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи экзамена.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «EIBraile-W14J G2»; ноутбуки с программной экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой CleVu с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect



Про и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
- б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
- в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.