

**Компонент ОПОП 49.03.01 Физическая культура, направленность (профили)**

**Тренер-преподаватель**

наименование ОПОП

**Б1.О.24**

шифр дисциплины

### **ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**Дисциплины  
(модуля)**

**Теория и методика гимнастики**

---

Разработчик (и):

Киевская Ольга Геннадьевна  
ФИО

Профессор кафедры ЗиАФК  
должность

кандидат педагогических наук, профессор  
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной

физической культуры  
наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемереко  
подпись

**Мурманск  
2024**

## 1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<p>ИД-1ОПК-1 Знает положения теории физической культуры и спорта, физиологические характеристики нагрузки, анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста</p> <p>ИД-2ОПК-1 Умеет планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой, осуществляет разработку содержания занятий по избранному виду спорта</p> <p>ИД-3ОПК-1 Имеет опыт разработки содержания занятий по избранному виду спорта с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы методической деятельности в гимнастике;</li> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по гимнастике;</li> <li>- методику обучения технике гимнастических упражнений;</li> <li>- правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, основы оказания первой помощи;</li> <li>- методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования в гимнастике;</li> <li>- содержание комплексного контроля всех видов подготовленности в гимнастике.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать содержание тренировочных занятий по избранному виду спорта с применением средств гимнастики;</li> <li>- подбирать и применять эффективные средства гимнастики в тренировочном процессе;</li> <li>- предупреждать случаи травматизма на занятиях;</li> <li>- демонстрировать безопасные техники выполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- оказывать первую медицинскую помощь;</li> <li>- применять спортивное оборудование и инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства;</li> <li>- интерпретировать результаты тестирования в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками подбора комплексов общеразвивающих упражнений, формирования содержания тренировочного занятия и отдельных его частей;</li> <li>- навыками проведения инструктажа по технике безопасности;</li> <li>- навыками оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся, составления и ведения документации, корректировки цикла тренировок на основе полученных результатов.</li> </ul>	Выполнение практических заданий	Вопросы для экзамена

<p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ИД-1ОПК-7 Знает правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, основы оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях. ИД-2ОПК-7 Умеет обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм, оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях. ИД-3ОПК-7 Имеет опыт проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом, владеет навыками оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях.</p>	<p>- основы методической деятельности в гимнастике; - федеральный стандарт спортивной подготовки по гимнастике; - методику обучения технике гимнастических упражнений; - правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, основы оказания первой помощи; - методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования в гимнастике; - содержание комплексного контроля всех видов подготовленности в гимнастике.</p>	<p>гимнастике. - планировать содержание тренировочных занятий по избранному виду спорта с применением средств гимнастики; - подбирать и применять эффективные средства гимнастики в тренировочном процессе; - предупреждать случаи травматизма на занятиях; - демонстрировать безопасные техники выполнения гимнастических упражнений; - оказывать первую медицинскую помощь; - применять спортивное оборудование и инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства; - интерпретировать результаты тестирования в гимнастике.</p>	<p>- навыками подбора комплексов общеразвивающих упражнений, формирования содержания тренировочного занятия и отдельных его частей; - навыками проведения инструктажа по технике безопасности; - навыками оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся, составления и ведения документации, корректировки цикла тренировок на основе полученных результатов.</p>	<p>Выполнение практических заданий</p>	<p>Вопросы для экзамена</p>
<p>ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и</p>	<p>ИД-1ОПК-9 Знает методики контроля и оценки техникой, тактической и физической подготовленности в избранном виде спорта.</p>	<p>- основы методической деятельности в гимнастике; - федеральный стандарт спортивной</p>	<p>- планировать содержание тренировочных занятий по избранному виду спорта с</p>	<p>- навыками подбора комплексов общеразвивающих упражнений, формирования содержания</p>	<p>Выполнение практических заданий</p>	<p>Вопросы для экзамена</p>

<p>физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ИД-2ОПК-9 Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, определять степень соответствия их контрольным нормативам. ИД-3ОПК-9 Имеет опыт проведения тестирования подготовленности занимающихся; владеет навыками анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в избранном виде спорта.</p>	<p>подготовки по гимнастике; - методику обучения технике гимнастических упражнений; - правила безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом, основы оказания первой помощи; - методы сбора, систематизации и обработки результатов тестирования в гимнастике; - содержание комплексного контроля всех видов подготовленности в гимнастике.</p>	<p>применением средств гимнастики; - подбирать и применять эффективные средства гимнастики в тренировочном процессе; - предупреждать случаи травматизма на занятиях; - демонстрировать безопасные техники выполнения гимнастических упражнений; - оказывать первую медицинскую помощь; - применять спортивное оборудование и инвентарь, контрольно-измерительные приборы и средства; - интерпретировать результаты тестирования в гимнастике.</p>	<p>тренировочного занятия и отдельных его частей; - навыками проведения инструктажа по технике безопасности; - навыками оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся, составления и ведения документации, корректировки цикла тренировок на основе полученных результатов.</p>		
---	--	---	---	--	--	--

## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
<b>Полнота знаний</b>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки.
<b>Наличие умений</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объеме без недочетов.
<b>Наличие навыков (владение опытом)</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
<b>Характеристика сформированности компетенции</b>	Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания работы на лекционных занятиях

Баллы	Критерии оценивания
5	Активная работа на всех лекционных занятиях
2	Активная работа на лекционных занятиях, не более 30% пропусков
0	Отсутствие на лекционных занятиях

#### 3.2 Критерии и шкала оценивания работы на практических занятиях

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Баллы	Критерии оценивания
15	<ul style="list-style-type: none"><li>- обучающийся твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
10	<ul style="list-style-type: none"><li>- обучающийся не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>
0	<ul style="list-style-type: none"><li>- обучающийся не усвоил проблему;</li><li>- представил лишь отдельные факты, не связанные между собой;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- затрудняется представить научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом.</li></ul>

#### 3.3 Критерии и шкала оценивания составления плана-конспекта

Баллы	Критерии оценивания
10	Выполнение задания полностью без ошибок
7	Выполнение задания полностью с незначительными ошибками
0	Задание выполнено с ошибками или не полностью

3.4 Критерии оценивания тестирования: каждый правильный ответ оценивается в 1 балл.

Оценка/баллы	Критерии оценки
Отлично	90-100 % правильных ответов
Хорошо	70-89 % правильных ответов

Удовлетворительно	50-69 % правильных ответов
Неудовлетворительно	49% и меньше правильных ответов

### Темы конспектов по дисциплине

1. Исторический обзор развития гимнастики»;
2. «Основы техники гимнастических упражнений»;
3. «Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование»;
4. «Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике»;
5. «Особенности занятий гимнастикой с детьми различных возрастных групп»;
6. «Основы спортивной тренировки юных гимнастов»;
7. «Организация и проведение соревнований по гимнастике»;
8. «Методическая подготовка учителя физической культуры, педагога-тренера в области гимнастики»;
9. «Нетрадиционные виды гимнастики».

### Пример оформления комплекса ОРУ

#### Комплекс ОРУ с гимнастической палкой

##### Упр-е 1

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вперед хватом сверху

1 – наклон головы вперед

2 – и.п.

3 – тоже назад

4 – и.п.

5 – поворачивая гимнастическую палку вправо, наклон головы вправо

6 – и.п.

7 – тоже влево

8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

##### Упр-е 2

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка к груди хватом сверху

1 – выдвигание подбородка вправо, гимнастическая палка вправо

2 – и.п.

3 – тоже вперед

4 – и.п.

5 – тоже влево

6 – и.п.

7 – тоже вперед

8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

##### Упр-е 3

И.п. – тоже

1 – 4 – круговое движение головой вправо вокруг вертикальной оси с круговым движением гимнастической палки слева направо

5 - 8 – тоже в другую

Повторить 6-8 раз

##### Упр-е 4

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз хватом сверху

1 – 3 – 3 пружинных поворота головы вправо, гимнастическая палка вперед

4 – и.п.

5 – 7 - тоже влево

8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 5

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз хватом сверху

- 1 – плечи вверх
- 2 – плечи вниз
- 3 – левое плечо вверх
- 4 – правое плечо вверх
- 5 – левое плечо вниз
- 6 – правое плечо вниз
- 7 – плечи вверх
- 8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 6

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз широким хватом сверху

- 1 – 4 – выкрут в плечевом суставе назад
- 5 – 8 – тоже назад

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 7

И.п. – тоже

- 1 – гимнастическая палка вперед
- 2 – гимнастическая палка вверх
- 3 – гимнастическая палка за голову
- 4 – гимнастическая палка вверх
- 5 – гимнастическая палка вперед
- 6 – гимнастическая палка к груди
- 7 – гимнастическая палка вперед
- 8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 8

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вперед вертикально хватом двумя руками за середину правая рука сверху

- 1 – руки в стороны, гимнастическая палка в правой руке
- 2 – 3 – 2 рывка руками назад
- 4 – и.п.
- 5 – 7 – тоже левой
- 8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 9

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка на плечи широким хватом сверху

- 1 – 3 – 3 пружинных наклона туловища вправо, гимнастическая палка вверх
- Продолжение приложения 3

- 2 – и.п.
- 5 – 7 – тоже влево
- 8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 10

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз хватом сверху

- 1 – правая назад на носок, гимнастическая палка вверх
- 2 – наклон туловища назад
- 3 – 4 – выпрямляясь, и.п.
- 5 – 8 – тоже с левой

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 11

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка на лопатки широким хватом сверху  
1 – 3 – 3 пружинных поворота туловища вправо  
4 – и.п.  
5 – 7 – тоже влево  
8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 12

И.п. – тоже  
1 – 4 – круговое движение туловищем вправо  
5 – 8 – тоже влево  
Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 13

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка к груди хватом сверху  
1 – приседание, гимнастическая палка вперед  
2 – и.п.  
3 – 4 - тоже  
5 – 7 – 3 пружинных приседания, гимнастическая палка вперед  
8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 14

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз хватом сверху  
1 – выпад шагом правой вперед, гимнастическая палка вперед  
2 – скручивание туловища вправо  
3 – поворот туловища вперед  
4 – и.п.  
5 – 7 – тоже с левой  
8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 15

И.п. – широкая стойка, гимнастическая палка на лопатки широким хватом сверху  
1 – 3 – сгибая правую, 3 пружинных выпада  
4 – и.п.  
5 – 7 – тоже влево  
8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 16

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вперед хватом сверху  
1 – мах правой вперед  
2 – и.п.  
3 – тоже левой  
4 – и.п.  
5 – мах правой вправо  
6 – и.п.  
7 – тоже левой  
8 – и.п.

Повторить 6-8 раз

#### Упр-е 17

И.п. – стойка ноги врозь, гимнастическая палка вниз хватом сверху  
1 – прыжком ноги врозь, гимнастическая палка вверх  
2 – прыжком и.п.  
Повторить 10-12 раз

#### Упр-е 18

И.п. – стойка ноги вместе, руки на пояс; гимнастическая палка на полу справа

1 – прыжок на двух через гимнастическую палку вправо

2 – прыжком и.п.

Повторить 10-12 раз

Упр-е 19

И.п. – то же

1 – 3 – 3 прыжка на двух через гимнастическую палку вперед с продвижением вперед

4 – прыжком поворот на 180 градусов

5 - 8 – то же

Повторить 6-8 раз

Ходьба на месте в сочетании с упражнением на восстановление дыхания: 1-4 – руки через стороны вверх, вдох; 5-8 – руки через стороны вниз, выдох.

### **Пример оформления комплекса строевых упражнений**

Комплекс строевых упражнений на 16 счетов.

- 1,2,3 – три шага вперед с левой ноги;
- 4 – приставить правую;
- 5-6 – поворот направо;
- 7-8 – поворот налево;
- 9,10,11 – три шага вперед с левой ноги;
- 12 – приставить левую;
- 13-14 – поворот налево;
- 15-16 – поворот направо.

### **Примеры типовых заданий бланочного тестирования**

Выполните тестовое задание закрытого типа, выбрав один (или по необходимости два) правильный ответ из 4х предложенных.

1. Средствами гимнастики являются:

- а) гимнастические упражнения, естественные силы природы, гигиенические процедуры;
- б) гимнастические упражнения, естественные силы природы, гигиенические процедуры, музыкальное сопровождение занятий;
- в) гимнастические упражнения, естественные силы природы, гигиенические процедуры, музыкальное сопровождение занятий, слова педагога;
- г) гимнастические упражнения, музыкальное сопровождение занятий, слова педагога;

2. К оздоровительным видам гимнастики относятся:

- а) гигиеническая гимнастика, вводная гимнастика, физкультурная минутка, физкультурная пауза; лечебная гимнастика, ритмическая гимнастика;
- б) основная гимнастика, женская гимнастика, гимнастика с профессиональной направленностью, атлетическая гимнастика;
- в) спортивная гимнастика, художественная гимнастика, спортивная акробатика, аэробика;
- г) ритмическая гимнастика, спортивная аэробика, фитнес-аэробика, шейпинг.

3. К требованиям, предъявляемым к гимнастической терминологии, относятся:

- а) краткость, стабильность, логичность;
- б) простота использования, автоматизированность;
- в) простота и доступность;
- г) краткость, доступность, точность.

4. Обобщенная запись упражнений:

- а) предусматривает запись только названия упражнения, возможных направлений выполнения, исходных и конечных положений, без конкретизации по счетам;
- б) подразумевает точную запись упражнений по счетам;
- в) предусматривает изображение движений каждого счета схемой-рисунком;
- г) предполагает сокращение всех или почти всех терминов.

5. Условная сокращенная запись упражнений предусматривает:

- а) запись только названия упражнения, возможных направлений выполнения, исходных и конечных положений, без конкретизации по счетам;
- б) сокращение всех или почти всех терминов;
- в) изображение в виде рисунков поз и промежуточных положений гимнаста, выполняющего описываемое упражнение;
- г) точное терминологическое обозначение каждого гимнастического элемента в соответствии с правилами, с использованием конкретных терминов – основных и дополнительных.

6. Оздоровительный вид гимнастики, направленный на быстрое вхождение занимающихся в предстоящую учебную или трудовую деятельность:

- а) вводная гимнастика;
- б) основная гимнастика;
- в) гигиеническая гимнастика;
- г) физкультминутка.

...

#### **Ключ к примерным тестовым заданиям:**

<b>№ вопроса</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Правильный ответ	в	а	г	а	б	а

#### **Примерный перечень вопросов к экзамену**

1. Задачи, средства и методические особенности гимнастики.
2. Виды гимнастики.
3. Оздоровительные виды гимнастики.
4. Образовательно-развивающие виды гимнастики.
5. Спортивные виды гимнастики.
6. Значение гимнастической терминологии (понятие термин). Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии. Способы образования терминов. Правила применения терминов и правила сокращения.
7. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация). Основные требования, предъявляемые к преподавателю при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
8. Знания, двигательные умения, навыки в гимнастике.
9. Характеристика специальных способностей гимнаста.
10. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
11. Причина травматизма и меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика.
12. Страховка, помощь и самостраховка. Требования, предъявляемые к страхующему.
13. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе.
14. Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование. Многокомплексные гимнастические снаряды.
15. Урок гимнастики школе. Основные задачи урока, общие требования к уроку. Организация урока и способы управления занимающимися. Способы организации учебного труда на уроке.

16. Структура урока гимнастики в школе. Педагогический контроль и анализ урока.
17. Содержание урока гимнастики в школе. Подготовка учителя к уроку гимнастики.
18. Методика подготовки и проведения подготовительной части урока.
19. Методика подготовки и проведения основной части урока.
20. Методика подготовки и проведения заключительной части урока.
21. Характеристика ОРУ (определение, особенности ОРУ, задачи, решаемые с помощью ОРУ, классификация ОРУ). Правила записи ОРУ.
22. Методика подбора и составления комплексов ОРУ.
23. Методика проведения ОРУ. Способы регулирования нагрузки при проведении ОРУ.
24. Составить и записать конкретной терминологической записью 4 ОРУ без предметов (каждое упражнение на 8 счетов).
25. Составить и записать графической записью 4 ОРУ без предметов (каждое упражнение на 8 счетов).
26. Составить и записать конкретной терминологической записью 4 ОРУ с гимнастической палкой (каждое упражнение на 8 счетов).
27. Составить и записать конкретной терминологической записью 4 ОРУ с мячом (каждое упражнение на 8 счетов).
28. Составить и записать конкретной терминологической записью 4 ОРУ в сцеплении (каждое упражнение на 8 счетов).
29. Характеристика и методика проведения ОРУ с предметами.
30. Характеристика и методика проведения ОРУ в сцеплении.
31. Характеристика и методика проведения ОРУ в движении.
32. Особенности занятий гимнастикой с детьми среднего школьного возраста.
33. Особенности занятий гимнастикой с детьми старшего школьного возраста.
34. Особенности занятий гимнастикой с детьми младшего школьного возраста.
35. Особенности занятий гимнастикой с детьми дошкольного возраста.
36. Особенности занятий гимнастикой с учащимися подготовительной и специальной медицинских групп.
37. Изучение и развитие способностей у гимнастов.
38. Ориентация и отбор детей для занятий гимнастикой со спортивной направленностью.
39. Спортивная тренировка и её этапы (их характеристика).
40. Структура тренировочного процесса.
41. Учет результатов учебно-тренировочной работы.
42. Документы планирования по гимнастике в школе.
43. Формы внеклассной работы по гимнастике в школе.
44. Виды и характеристика соревнований. Документы, необходимые для проведения соревнований.
45. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
46. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
47. Характеристика акробатических упражнений (классификация, особенности техники упражнений структурных групп).
48. Техника и методика обучения акробатическим упражнениям учащихся начальных классов.
49. Техника и методика обучения акробатическим упражнениям мальчиков в 5-9 классах.
50. Техника и методика обучения акробатическим упражнениям девочек в 5-9 классах.
51. Техника и методика обучения опорным прыжкам.
52. Правила составления акробатических комбинаций. Составить и записать комбинацию по акробатике для учащихся младших классов.