

**Приложение 1 к РПД Теория и методика гимнастики
49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) Тренер, инструктор-методист.
Форма обучения – заочная
Год набора – 2021**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

1. Общие сведения

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	49.03.01 Физическая культура Направленность (профиль) Тренер, инструктор-методист.
3.	Дисциплина (модуль)	Теория и методика гимнастики
4.	Форма обучения	заочная
5.	Год набора	2021

2. Перечень компетенций

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

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

3. Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Этап формирования компетенции (разделы, темы дисциплины)	Формируемая компетенция	Критерии и показатели оценивания компетенций			Формы контроля сформированности компетенций
		Знать:	Уметь:	Владеть:	
Раздел 1. Основы теории и методики преподавания гимнастики	ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9	Роль и место гимнастики в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества; эстетические, нравственные и духовные ценности гимнастики; основные этапы развития гимнастики, в том числе современные теории; дидактические закономерности в преподавании гимнастики	Формулировать конкретные задачи преподавания гимнастики разным группам населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации; применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении гимнастических упражнений, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых.	Методикой преподавания гимнастики.	Составление конспектов по темам («Исторический обзор развития гимнастики»; «Основы техники гимнастических упражнений», «Физкультурные залы, гимнастические площадки и их оборудование»); Реферат. Словарь терминов. Зачет. Экзамен.
Раздел 2. Основные средства гимнастики	ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9	Формирование основ здорового образа и стиля жизни с помощью различных видов гимнастических упражнений; возрастно-половые закономерности развития двигательных способностей и формирования двигательных навыков при занятиях гимнастикой;	Применять практические формы, методы и средства гимнастики, оценивать качество выполнения отдельных упражнений и эффективность занятий гимнастикой в целом; осуществлять медико-биологический и психолого-педагогический контроль состояния организма в процессе проведения занятий	Владеть системой практических умений и навыков в области гимнастики; основными методами профилактики травматизма в процессе занятий гимнастикой.	Составление и проведение на группе комплекса строевых упражнений (5 упр. На 8 счетов). Составление и запись гимнастических упражнений без предметов (5 упражнений текстовой записью и 5 упражнений графической записью). Составление и проведение комплекса ОРУ б\п тремя способами.

		основы методической деятельности в сфере гимнастики.	гимнастикой с использованием инструментальных методик; планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказанию первой медицинской помощи; пользоваться гимнастической терминологией (профессиональным языком) в процессе занятий, предупреждать случаи травматизма на занятиях; - демонстрировать безопасные техники выполнения гимнастических упражнений;		Составление и проведение комплекса ОРУ в парах, в сцеплении, в движении. Составление и разучивание с группой комплекса акробатических упражнений для учащихся. Составление картотеки гимнастических упражнений без предмета. Реферат. Словарь терминов. Составление картотеки гимнастических упражнений без предметов. Зачет. Экзамен.
Раздел 3. Формы организации занятий гимнастикой	ОПК-1, ОПК-7, ОПК-9	Основы информационно-технического обеспечения преподавания гимнастики; основы педагогического (методического) мастерства педагога-тренера в области гимнастики; федеральный стандарт спортивной подготовки по гимнастике	Осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных занятий видами гимнастики с лицами различного возраста; применять навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальные средства, компьютерную технику, тренажерные устройства и	Методами комплексного контроля при занятиях гимнастикой, - навыками проведения тестирования подготовленности занимающихся, составления и ведения документации, корректировки цикла тренировок на основе полученных результатов.	Составление конспектов по темам («Особенности занятий гимнастикой с детьми различных возрастных групп»; «Основы спортивной тренировки юных гимнастов», «Организация и проведение соревнований по гимнастике»; «Методическая подготовка инструктора, педагога-тренера в области гимнастики»; «Нетрадиционные виды гимнастики»). Реферат. Словарь терминов. Экзамен.

			специальную аппаратуру в процессе занятий различными видами гимнастики.		
--	--	--	---	--	--

Шкала оценивания в рамках балльно-рейтинговой системы

Зачет: «не зачтено» – 60 баллов и менее;

«зачтено» – 61-100 баллов

Экзамен: «неудовлетворительно» - 60 баллов и менее;

«удовлетворительно» - 61-80 баллов;

«хорошо» - 81-90 баллов;

«отлично» - 91-100 баллов.

4. Критерии и шкалы оценивания

4.1. Критерии оценивания конспектов.

Наименование критерия	Баллы	
	2 курс	4 курс
Конспект составлен в полном объеме, содержит всю необходимую информацию.	5	1
Конспект выполнен в полном объеме, недостаточное раскрытие темы	3	0,5
Конспект выполнен не в полном объеме, недостаточное раскрытие темы.	1	0
Работа не выполнена.	0	0

4.2. Критерии оценивания составления и проведения на группе комплекса строевых упражнений.

Баллы	Характеристики выполнения задания
10	Комплекс составлен верно, проведен без ошибок и замечаний
8	Есть 1-2 недочета в составлении и/или проведении на группе.
6	Есть 2-3 ошибки в составлении и/или проведении на группе.
4	4-5 ошибок в составлении и проведении комплекса.
2	Комплекс составлен неверно, проведен с большим количеством ошибок.
0	Задание не выполнено.

4.3. Критерии оценивания составления и записи гимнастических упражнений без предметов (5 упражнений текстовой записью и 5 упражнений графической записью).

1 упражнение, составленное и записанное правильно – 2 балл, с ошибкой – 1 балл.

Всего – 10 упражнений, максимальное количество баллов – 20.

4.4. Критерии оценивания проведения комплекса ОРУ б/п тремя способами.

Баллы	Характеристики проведения комплекса
15	Комплекс проведен без ошибок и замечаний, упражнения составлены верно, правильная подача команд, руководство группой.
10	Упражнения составлены верно, допущены 1-2 ошибки в проведении (неверная подача команд, нарушение принципов показа или рассказа)
5	Есть 3-4 ошибки в составлении упражнений и/или проведении на группе.
1	Комплекс проведен с большим количеством ошибок, есть грубые нарушения в составлении упражнений.
0	Задание не выполнено.

4.5. Критерии оценивания реферата.

Структура реферата	Максимальное количество баллов
Содержание	
Качество и информативность проведенного анализа литературы по выбранной тематике.	5

Оформление реферата	
Соответствие требованиям к оформлению письменной работы.	5
Максимальное количество баллов	10

4.6. Критерии оценивания словаря терминов.

1 балл = 3 термина и их определения. Максимальное количество баллов – 10 .

4.7. Критерии оценивания картотеки общеразвивающих упражнений без предмета.

1 карточка с упражнением = 0,25 балла. Максимальное количество баллов – 10.

4.8. Критерии оценки на зачете.

(в билете 2 вопроса). Каждый вопрос – 20 баллов.

Баллы	Характеристики ответа студента
20	<ul style="list-style-type: none"> - студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения; - свободно владеет понятиями
15	<ul style="list-style-type: none"> - студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий
10	<ul style="list-style-type: none"> - тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
5	<ul style="list-style-type: none"> - студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
0	- студент не ответил на вопрос

4.9. Критерии оценивания составления комплексов ОРУ в сцеплении, в движении, в парах (2 по выбору). Максимальное количество баллов – 10.

Баллы	Характеристики проведения комплекса
5	Комплекс составлен без ошибок в составлении, оформлении, терминологии.

3	допущены 1-3 ошибки в составлении, оформлении, терминологии.
1	Более 4 ошибок.
0	Задание не выполнено.

4.10. Критерии оценивания проведения комплекса ОРУ в сцеплении, в движении, в парах (1 по выбору).

Баллы	Характеристики проведения комплекса
8	Комплекс проведен без ошибок и замечаний, упражнения составлены верно, правильная подача команд, руководство группой.
6	Упражнения составлены верно, допущены 1-2 ошибки в проведении (неверная подача команд, нарушение принципов показа или рассказа)
4	Есть 3-4 ошибки в составлении упражнений и/или проведении на группе.
2	Комплекс проведен с большим количеством ошибок, есть грубые нарушения в составлении упражнений.
0	Задание не выполнено.

4.11 Критерии оценивания составления и проведения на группе (разучивание) акробатической комбинации для школьников.

Баллы	Критерий оценивания
8	Комбинация соответствует назначению, соблюдены требования к оформлению; соблюдена последовательность, дозировка упражнений; понимание методических особенностей и специфики разучивания акробатической комбинации. Правильная подача упражнений.
4	Комбинация упражнений соответствует назначению, не соблюдены требования оформления упражнений; но соблюдена последовательность, дозировка. Есть незначительные ошибки в разучивании комбинации и/или проведении.
2	Акробатическая комбинация соответствует назначению, не соблюдены требования к оформлению упражнений; не соблюдена последовательность, дозировка упражнений; есть значительные нарушения при разучивании комбинации и/или проведении упражнений.
0	задание не выполнено

4.12. Критерии оценивания бланочного тестирования.

Тест содержит 30 вопросов. 1 правильный ответ = 1 балл. Максимальное количество баллов – 30.

4.13. Критерии оценки ответа студента на экзамене.

Экзамен проводится по билетам, каждый из которых содержит 2 вопроса.

Максимальная оценка ответа на 1 вопрос – 20 баллов.

Максимальное количество баллов на экзамене – 40.

Баллы	Характеристики ответа студента
20	<ul style="list-style-type: none"> - студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; - уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; - опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; - умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; - делает выводы и обобщения;

	- свободно владеет понятиями
15	- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; - не допускает существенных неточностей; - увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; - аргументирует научные положения; - делает выводы и обобщения; - владеет системой основных понятий
10	- тема раскрыта недостаточно четко и полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы; - допускает несущественные ошибки и неточности; - испытывает затруднения в практическом применении знаний; - слабо аргументирует научные положения; - затрудняется в формулировании выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
5	- студент не усвоил значительной части проблемы; - допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; - испытывает трудности в практическом применении знаний; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует выводов и обобщений; - частично владеет системой понятий
0	- студент не ответил на вопрос

5. Типовые контрольные задания и методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

5.1. 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 инструктора, педагога-тренера в области гимнастики»;
9. «Нетрадиционные виды гимнастики».

5.2. 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. – тоже

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

4 – прыжком поворот на 180 градусов

5 - 8 – тоже

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.

5.3. 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.

5.4. 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:

№ вопроса	1	2	3	4	5	6

Правильный ответ	в	а	г	а	б	а
------------------	---	---	---	---	---	---

5.5. Примерная тематика рефератов:

1. Исследование значения отдельных двигательных и психических способностей в овладении гимнастическими упражнениями.
2. Исследование взаимосвязи между отдельными двигательными способностями и их влияние на спортивно-технический результат.
3. Разработка методики развития отдельных двигательных способностей в процессе обучения гимнастическим упражнениям.
4. Музыкальное обеспечение урока гимнастики.
5. История развития гимнастики (различные периоды).
6. Организация и проведение массовых гимнастических соревнований.
7. Гимнастика в системе подготовки учителя физической культуры.
8. Подготовка и проведение массовых гимнастических праздников в период летнего отдыха.
9. Характеристика спортивно-прикладных видов гимнастических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта.
10. Современные тенденции развития гимнастики.
11. Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.
12. Организация и проведение соревнований по спортивной гимнастике в общеобразовательной школе.
13. Гимнастика на Олимпийских играх, Чемпионатах мира и Европы, Играх доброй воли.
14. Особенности проведения уроков по гимнастике в различных классах.
15. Применение нетрадиционных средств гимнастики при проведении частей урока.

5.6. Примерный перечень вопросов к зачету на 2 курсе:

1. Задачи, средства и методические особенности гимнастики.
2. Виды гимнастики.
3. Гимнастика у древних народов.
4. Гимнастика в эпоху Возрождения.
5. Национальные системы гимнастики (XVIII-XIX вв.).
6. Возникновение школьной гимнастики и ее развитие в странах Запада.
7. Возникновение школьной гимнастики и ее развитие в дореволюционной России.
8. Развитие гимнастики в России после 1917 года.
9. Оздоровительные виды гимнастики.
10. Образовательно-развивающие виды гимнастики.
11. Спортивные виды гимнастики.
12. Гимнастика как учебно-педагогическая дисциплина.
13. Гимнастика как научная дисциплина. Вопросы гимнастики, требующие исследований.
14. Методы исследования, используемые в гимнастике.
15. Значение гимнастической терминологии (понятие термин). Требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.
16. Способы образования терминов.
17. Правила применения терминов и правила сокращения.
18. Характеристика строевых упражнений (значение, задачи, классификация).
19. Основные требования, предъявляемые при подаче команд и распоряжений (громкость голоса, интонация, паузы, ударение в словах, выбор места).
20. Углы, линии и точки гимнастического зала.
21. Строевые приемы.
22. Построения и перестроения (виды, способы).
23. Перестроения на месте и в движении (виды, способы выполнения).

24. Повороты и передвижения (виды, способы выполнения).
25. Смыкания и размыкания. Правила произношения команд.
26. Теоретические и методологические основы обучения гимнастическим упражнениям.
27. Знания, двигательные умения, навыки в гимнастике.
28. Характеристика специальных способностей гимнаста.
29. Характеристика этапов обучения гимнастическим упражнениям.
30. Дидактические принципы и правила их практической реализации при обучении упражнениям.
31. Характеристика методов и методических приемов, применяемых при обучении гимнастическим упражнениям.
32. Причина травматизма и меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой.
33. Характеристика травм на занятиях по гимнастике и их профилактика.
34. Страховка, помощь и самостраховка. Требования, предъявляемые к страхующему.
35. Требования к местам проведения занятий гимнастикой.
36. Характеристика ОРУ (определение, особенности ОРУ, задачи, решаемые с помощью ОРУ, классификация ОРУ).
37. Правила записи ОРУ. Конструирование ОРУ.
38. Методика подбора и составления комплексов ОРУ.
39. Методика проведения ОРУ. Способы регулирования нагрузки при проведении ОРУ.
40. ОРУ на силу, на растягивание, на расслабление. ОРУ на осанку, на координацию, на дыхание.

5.7. Примерный перечень вопросов к экзамену на 4 курсе:

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. Тренировочное занятие по гимнастике. Задачи, общие требования к занятию. Организация и способы управления занимающимися.
16. Структура тренировочного занятия по гимнастике. Педагогический контроль и анализ тренировки.
17. Содержание тренировки. Подготовка инструктора-методиста, тренера к занятию.
18. Методика подготовки и проведения подготовительной части занятия.
19. Методика подготовки и проведения основной части занятия.
20. Методика подготовки и проведения заключительной части занятия.
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. Структура программы спортивной подготовки по гимнастике.
 33. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки по гимнастике.
 34. Изучение и развитие способностей у гимнастов.
 35. Ориентация и отбор детей для занятий гимнастикой со спортивной направленностью.
 36. Спортивная тренировка и её этапы (их характеристика).
 37. Структура тренировочного процесса.
 38. Учет результатов учебно-тренировочной работы.
 39. Формы осуществления спортивной подготовки.
 40. Виды и характеристика соревнований. Документы, необходимые для проведения соревнований.
 41. Организация и проведение соревнований по гимнастике.
 42. Характеристика прикладных упражнений (классификация, назначение).
 43. Характеристика акробатических упражнений (классификация, особенности техники упражнений структурных групп).
 44. Техника и методика обучения акробатическим упражнениям
 45. Правила составления акробатических комбинаций. Составить и записать комбинацию по акробатике
 46. Техника и методика обучения опорным прыжкам.