



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D16332

Владелец: кафедра физического воспитания

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

Р.Р. Магомедов

протокол № 8

от 20.04.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Гимнастика с методикой преподавания

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы

бакалавриат

Направление(я) подготовки (специальность)

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Форма обучения очная

Срок освоения 5 лет 0 месяцев

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

**Год начала
подготовки** 2022

Ставрополь, 2023 г.

Программу составил(-и): кандидат педагогических наук, доцент, Лукьяненко Н.В.

Рабочая программа дисциплины "Гимнастика с методикой преподавания" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125).

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного учёным советом вуза от 12.05.2023, протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры от 20.04.2023 г., протокол № 8 для исполнения в 2023-2024 учебном году.

Зав. кафедрой  Р.Р. Магомедов

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой  Фролова Т.А.



Срок действия рабочей программы дисциплины: 2023-2024 учебный год.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания» является формирование готовности студентов к преподаванию раздела «Гимнастика с элементами акробатики» предмета «Физическая культура» на различных ступенях общеобразовательной школы на основе специальных знаний и умений в области теории гимнастики (образовательно-развивающей, спортивной и оздоровительной) и методики ее преподавания, обогащения студентов двигательным опытом в области гимнастики с учетом их физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, а также овладение ими профессионально-прикладными умениями и навыками для решения педагогических задач учебно-воспитательного процесса в рамках урочной и внеурочной деятельности по гимнастике при должном обеспечении безопасности жизни и здоровья обучающихся, в области организации и проведения спортивно-массовых мероприятий по гимнастике.

2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- содействие формированию профессиональной речи, коммуникативной компетенции у студентов и специалистов в области физической культуры для более успешного решения профессиональных задач при помощи средств спортивной терминологии;
- повышение уровня профессионализма на основе грамотной речи, соблюдения жёстких правил гимнастической терминологии;
- создание благоприятных условий для качественного освоения базовых понятий гимнастического тезауруса;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к гимнастической терминологии как базовой терминологической основы в области физкультурно-спортивной деятельности;
- формирование более качественных навыков показа, объяснения, правильной записи техники гимнастических упражнений и их назначения;
- формирование более чётких и правильных представлений об основных положениях тела в пространстве при выполнении упражнений, составляющих основу всего многообразия средств физического воспитания и спортивной тренировки.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.07.01
--------------------	------------

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

Безопасный отдых и туризм

Биохимия

Гражданская оборона

Комплексная безопасность образовательной организации

Лечебная физическая культура и массаж

Методика оздоровительной физической культуры

Методика преподавания предмета "Основы безопасности жизнедеятельности"

Методика преподавания предмета «Физическая культура»

Методика спортивной тренировки

Мини-футбол

Настольный теннис

Олимпийское образование

Организационно-методические основы комплекса ГТО

Организация дополнительного образования в области физической культуры

Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий

Основы военной подготовки

Основы национальной безопасности Российской Федерации

Основы обороны государства и военной службы

Охрана труда в образовательной организации

Правовое регулирование обеспечения безопасности жизнедеятельности
Производственная (педагогическая) практика 5
Производственная практика (научно-исследовательская работа)
Психологическая безопасность
Спортивные сооружения
Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности
Теория и методика этноспорта
Техногенные опасности и защита от них
Экологическая безопасность

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения	ПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого
ПК-6 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-	ПК-6.1 Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 Определяет личный уровень сформированности показателей физического

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:	уметь:	владеть:
<p>УК-7</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние гимнастических упражнений на развитие физических и координационных качеств, укрепление здоровья и профилактику вредных привычек; - средства и методы общей и специальной физической подготовки в гимнастике; - методы и процедуры контроля, оценки и самооценки уровня физического развития и физической (как общей, так и специальной) подготовленности лиц, занимающихся различными видами гимнастики; 	<p>УК-7</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать средства различных видов гимнастики с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся; - выполнять гимнастические упражнения на различные группы мышц с учетом их воздействия на адаптационные ресурсы организма и укрепление здоровья, оценивать эффективность их воздействия на организм; 	<p>УК-7</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Гимнастика с методикой преподавания»; - навыками и опытом составления комплексов гимнастических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности занимающихся; - способами контроля реакции организма на физическую нагрузку;

5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 10 зачетные (-ых) единиц (-ы) (360), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Се местр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		Итого	
	Неделя		14 5/6		17		14 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
	Лекции	4	4	4	4	4	4	4	4	16
Практические	68	68	32	32	32	32	32	32	164	164
Консультации					2	2	2	2	4	4
Контактная работа (Эж, Зч, ЗчО)	0,3	0,3	0,3	0,3	0,5	0,5	0,5	0,5	1,6	1,6
В том числе инт.	12		18						30	
Итого ауд.	72	72	36	36	36	36	36	36	180	180
Контактная работа	72,3	72,3	36,3	36,3	38,5	38,5	38,5	38,5	185,6	185,6
Сам. работа	71,7	71,7	35,7	35,7	16	16	16	16	139,4	139,4
Часы на контроль					17,5	17,5	17,5	17,5	35	35
Итого	144	144	72	72	72	72	72	72	360	360

6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Модуль 1. Гимнастика как средство физического воспитания					
1.1	/Тема/	1	0			
1.2	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина, классификация видов гимнастики /Лек/	1	2			
1.3	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина, классификация видов гимнастики /Ср/	1	6			
1.4	Исторический обзор развития гимнастики, современное состояние гимнастических видов спорта /Лек/	1	2			
1.5	Исторический обзор развития гимнастики, современное состояние гимнастических видов спорта /Ср/	1	5			
1.6	Гимнастическая терминология /Пр/	1	8			
1.7	Предупреждение травматизма на занятиях различными видами гимнастики /Пр/	1	4			
1.8	Предупреждение травматизма на занятиях различными видами гимнастики /Ср/	1	5,7			

1.9	Гимнастическая терминология /Ср/	1	5			
	Раздел 2. Модуль 2. Основные средства гимнастики					
2.1	/Тема/	1	0			
2.2	Строевые упражнения /Пр/	1	12			
2.3	Строевые упражнения /Ср/	1	5			
2.4	Общеразвивающие упражнения /Пр/	1	16			
2.5	Общеразвивающие упражнения /Ср/	1	5			
2.6	Прикладные упражнения /Пр/	1	8			
2.7	Прикладные упражнения /Ср/	1	5			
2.8	Упражнения художественной гимнастики с предметами и без /Пр/	1	8			
2.9	Упражнения художественной гимнастики с предметами и без /Ср/	1	5			
2.10	Вольные упражнения /Пр/	1	8			
2.11	Вольные упражнения /Ср/	1	10			
2.12	Опорные прыжки /Пр/	1	2			
2.13	Опорные прыжки /Ср/	1	10			
2.14	Упражнения мужского и женского многоборья на снарядах /Пр/	1	2			
2.15	Упражнения мужского и женского многоборья на снарядах /Ср/	1	10			
	Раздел 3. Зачет					
3.1	/Тема/	1	0			
3.2	Зачет /КПА/	1	0,3			
	Раздел 4. Модуль 2. Основные средства гимнастики					
4.1	/Тема/	2	0			
4.2	Акробатические упражнения /Лек/	2	2			
4.3	Акробатические упражнения /Пр/	2	4			
4.4	Акробатические упражнения /Ср/	2	5,7			
	Раздел 5. Модуль 3. Организация и содержание занятий по гимнастике в общеобразовательной школе согласно программы физического воспитания					
5.1	/Тема/	2	0			
5.2	Методика обучения гимнастическим упражнениям, обеспечение страховки и помощи при разучивании и выполнении упражнений /Лек/	2	2			

5.3	Методика обучения гимнастическим упражнениям, обеспечение страховки и помощи при разучивании и выполнении упражнений /Пр/	2	28			
5.4	Методика обучения гимнастическим упражнениям, обеспечение страховки и помощи при разучивании и выполнении упражнений /Ср/	2	30			
	Раздел 6. зачет					
6.1	/Тема/	2	0			
6.2	Зачет /КПА/	2	0,3			
	Раздел 7. Модуль 3. Организация и содержание занятий по гимнастике в общеобразовательной школе согласно программы физического воспитания					
7.1	/Тема/	3	0			
7.2	Содержание и методика занятий гимнастикой в школе в рамках предмета «Физическая культура» /Лек/	3	4			
7.3	Содержание и методика занятий гимнастикой в школе в рамках предмета «Физическая культура» /Ср/	3	5			
7.4	Урочные формы занятий гимнастикой /Пр/	3	22			
7.5	Урочные формы занятий гимнастикой /Ср/	3	5			
7.6	Внеурочные формы занятий гимнастикой и массовые гимнастические выступления /Пр/	3	6			
7.7	Внеурочные формы занятий гимнастикой и массовые гимнастические выступления /Ср/	3	3			
7.8	Организация и проведение соревнований по гимнастическим видам спорта: сущность, функции и виды соревнований по гимнастическим видам спорта, правила соревнований, технология организации и проведения соревнований по гимнастическим видам спорта /Пр/	3	4			

7.9	Организация и проведение соревнований по гимнастическим видам спорта: сущность, функции и виды соревнований по гимнастическим видам спорта, правила соревнований, технология организации и проведения соревнований по гимнастическим видам спорта /Ср/	3	3			
	Раздел 8. Экзамен					
8.1	/Тема/	3	0			
8.2	Подготовка к экзамену /Экзамен/	3	17,5			
8.3	Консультация /Конс/	3	2			
8.4	Экзамен /КПА/	3	0,5			
	Раздел 9. Модуль 4. Оздоровительные виды гимнастики и их место в системе физического воспитания					
9.1	/Тема/	4	0			
9.2	Классификация видов оздоровительной гимнастики, их реализация в современных тренировочных фитнес-программах /Лек/	4	4			
9.3	Классификация видов оздоровительной гимнастики, их реализация в современных тренировочных фитнес-программах /Ср/	4	6			
9.4	Технология проведения занятий оздоровительными видами гимнастики /Пр/	4	6			
9.5	Технология проведения занятий оздоровительными видами гимнастики /Ср/	4	10			
9.6	Физические нагрузки и контроль физического состояния при занятиях оздоровительными видами гимнастики /Пр/	4	26			
	Раздел 10. Экзамен					
10.1	/Тема/	4	0			
10.2	Подготовка к экзамену /Экзамен/	4	17,5			
10.3	Консультация /Конс/	4	2			
10.4	Экзамен /КПА/	4	0,5			

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего

контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности. 	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические задания. 	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; - правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; <p>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные</p>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; - умение решать практические задания; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной

		вопросы.	основной дополнительной литературы.	и
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ				

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситу-аций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	
9.1. Рекомендуемая литература	
9.1.1. Основная литература	
Л.1.1	Горобий А. Ю., Акулова А. И., Татаринцева И. А., Черенкова Е. С. Ритмическая гимнастика как средство воспитания двигательных качеств студентов [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Воронеж: ВГАС, 2021. - 58 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/253757
Л.1.2	Олейник Ю. В. Музыкально-ритмическая гимнастика в системе физического воспитания [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Оренбург: ОГПУ, 2022. - 111 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/288197
Л.1.3	Гимнастика: школа предметов [Электронный ресурс]:. - Тула: ТГПУ, 2021. - 219 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/213485
Л.1.4	Акулова А. И. Руководство к самостоятельной работе студентов по теории и методике обучения базовым видам спорта («гимнастика») [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. - Воронеж: ВГАС, 2019. - 50 с. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/253715
10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)	
ЭБС «Лань»	https://e.lanbook.com
Национальная электронная библиотека (НЭБ)	https://rusneb.ru
ЭБС «Юрайт»	https://urait.ru
ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен	https://magazines.gorky.media
«Электронная библиотека ИМЛИ РАН»	http://biblio.imli.ru
«Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)	http://lib.pushkinskijdom.ru
Научный архив	https://научныйархив.рф
ЭБС «Педагогическая библиотека»	http://pedlib.ru
ЭБС «Айбукс.ру»	https://www.ibooks.ru
Научная электронная библиотека eLibrary.ru	https://elibrary.ru
ЭБС Буконлайн	https://bookonlime.ru
Научная электронная библиотека «Киберленинка»	https://cyberleninka.ru/
Государственная публичная научно-техническая	http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-

библиотека России. Ресурсы открытого доступа Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	http://www.rasf.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	
Университетская информационная система РОССИЯ	https://uisrussia.msu.ru
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	http://window.edu.ru/catalog
Словари и энциклопедии	https://dic.academic.ru
Педагогическая мастерская «Первое сентября»	https://fond.1sept.ru
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru
Национальная платформа «Открытое образование»	https://openedu.ru
Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	http://school-collection.edu.ru
Российское образование. Федеральный портал	http://edu.ru
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	http://fgosvo.ru
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив»	https://научныйархив.рф
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	https://online.edu.ru
10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
<p>Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.</p> <p>Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.</p> <p>Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint). 2. Adobe Acrobat Reader. 3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.). 4. Программа тестирования Айрен. 	