

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ



"20" сентября 2011 г.

Рабочая программа дисциплины
ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ
СОВЕЩЕНСТВОВАНИЕ

Специальность
050720 Физическая культура

Форма обучения

Заочная

Вологда
2011

Программа составлена в соответствии с требованиями ГОС ВПО по специальности 050720 Физическая культура от 31.01.2005

Автор (ы) старший преподаватель Сверкунова Н.С.

Рецензент (ы) к.п.н.. доц.Седунова Е.В..

Программа одобрена на заседании методической комиссии факультета физической культуры

протокол № 1 от 20 сентября 2011 года.

Изменения рабочей программы дисциплины «Акмеология физического воспитания», утвержденные методической комиссией факультета физической культуры

[illegible]

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является: освоение студентами технологии труда преподавателя физической культуры по избранному виду спорта.

Задачи курса:

- обучить технико-тактическим действиям физкультурно-спортивной деятельности на модели избранного вида спорта;
- закрепить технику выполнения различных элементов;
- развить физические качества и практическую подготовленность.

2. Место курса в общей системе подготовки специалиста:

Дисциплины предметной подготовки ДПП.Ф.17 «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование»

Курс педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, входит в блок дисциплин «Дисциплины предметной подготовки» и наряду с другими спортивно-педагогическими дисциплинами, играет важную роль в системе профессиональной подготовки учителей на факультете физической культуры педагогических университетов и в сочетании с другими дисциплинами предметного цикла, прежде всего с теорией и методикой физического воспитания и спорта, направлен на решение важнейших задач - обеспечение формирования у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в сфере физической культуры и спорта. Программа учебной дисциплины ПФСС предусматривает углубленное изучение теории и методики преподавания избранного вида спорта.

3. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

• Знать:

- основы техники безопасности на занятиях избранным видом спорта;
- специфику техники и тактики избранного вида спорта;
- физиологическое влияние физических упражнений на организм занимающихся;
- физкультурно-рекреативные, оздоровительно-реабилитационные, спортивные, профессионально-прикладные технологии в физической культуре и спорте.

• Уметь:

- разрабатывать, реализовывать учебные программы в избранном виде спорта
- осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения, индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста;

• Владеть:

- современными методиками, технологиями и методами диагностирования достижений обучающихся для обеспечения качества учебного процесса;
- способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, их способности;

4. Извлечение из ГОС ВПО специальности (направления), содержащее требования к обязательному минимуму содержания и общее количество часов (выписка).

«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование»

Направленность на формирование основных составляющих профессионализма

педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида): освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств, освоение системы профессионально значимых двигательных действий и повышение уровня спортивных достижений. Интегрирующая роль в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре.

5. Структура и содержание дисциплины Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

5.1 Общая трудоемкость дисциплины составляет 780 часов.

ВЫПИСКА ИЗ УЧЕБНОГО ПЛАНА СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
Аудиторные занятия	32	1-4
Лекции	14	
Практические занятия	18	1-4
Самостоятельная работа	748	
Общая трудоемкость	780	
Вид итогового контроля		1,3 – зачет 2Б, 4Б - экзамен

Объем дисциплины и виды учебной работы:

№ п /п	Шифр и наименование специальности	Курс	Семестр	Виды учебной работы в часах						Вид итогового контроля (форма отчетности)
				Трудо- емкость	Всего аудит.	ЛК	ПР/ СМ	ЛБ	Сам. работ а	
1	050720.6 5 «Физическая культура»	5,6	10,11	780	32	14	18	-	748	1,3 зачет 2Б,4Б экзамен

5.2 Содержание разделов дисциплины.

Разделы дисциплины и виды занятий (в часах). Примерное распределение учебного времени:

/п	Раздел дисциплины	Количество часов				
		050720.65 «Физическая культура»				
		Всего ауд.	ЛК	ПР/ СМ	ЛБ	Сам. работа

.	Раздел 1. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки. Особенности физической подготовки с учетом специфики вида спорта.	16	6	10		300
.	Основы общей физической подготовки в тренировке спортсменов гимнастов		6			
.	Специальная физическая подготовка гимнаста.			6		
.	Повышение эффективности физической подготовки гимнастов в годичном цикле их тренировочного процесса			4		
.	Раздел 2. Тренировка и тренировочная деятельность, связь с соревновательной деятельностью. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания.	10	8	2		300
.	Основы тренировки в гимнастике.		4			
.	Виды тренировки. Дозирование нагрузки. Правила техники безопасности на занятиях по гимнастике.		4			
.	Использование средств восстановления на занятиях гимнастики.			2		
0.	Раздел 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте,	6		6		148

	система соревнований, правила судейства					
1.	Виды соревнований. Классификация соревновательной деятельности.			2		
2.	Правила организации и подготовки мест занятий к соревнованиям.			2		
3.	Основы соревновательной практики в гимнастике.			2		

5.2. Содержание разделов дисциплины:

Раздел 1. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки. Особенности физической подготовки с учетом специфики вида спорта.

Тема 1. Основы общей физической подготовки в тренировке спортсменов гимнастов.

Понятие общей физической подготовки. Задачи. Характеристика ОРУ, как основы общей физической подготовки в гимнастике. Классификация. Задачи, методика применения ОРУ. Методика подбора и чередования упражнений в комплексе. Виды ОФП. Способы. Сдача контрольных нормативов по ОФП.

Тема 2. Специальная физическая подготовка гимнаста.

Средства СФП. Виды и способы проведения СФП. Задачи. Структура специальной физической подготовки. Программа СФП по гимнастике: лазание по канату, отжимание в стойке на руках, мост, шпагат, подъём переворотом, крест на кольцах, ласточка. Сдача контрольных нормативов по СФП.

Тема 3. Повышение эффективности физической подготовки гимнастов в годичном цикле их тренировочного процесса.

Оценка эффективности физической подготовки гимнастов, критерии оценки эффективности. Мероприятия, повышающие эффективность физической подготовки: различные виды тренировок, нагрузочные тесты, тренажеры. Повышение спортивного мастерства спортсмена-гимнаста.

Раздел 2. Тренировка и тренировочная деятельность, связь с соревновательной деятельностью. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания.

Тема 4. Основы тренировки в гимнастике.

Виды тренировочной деятельности. Роль управления в современном спорте и подготовке спортсменов. Прогнозирование и моделирование в управлении, использование модельных характеристик тренировочной деятельности. Оценка эффективности тренировочной деятельности, критерии оценки эффективности.

Модельные характеристики тренировочной деятельности (по уровню подготовленности), их содержание по технической, тактической, физической подготовке. Модельные показатели спортсменов высших разрядов и юных спортсменов. Особенности

тренировочного процесса спортсменов различной квалификации. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций. Разработка индивидуальных (студенческих) планов тренировки. Разработка системы контрольных нормативов на основе заданных модельных характеристик спортсменов по тренировочной деятельности.

Тема 5. Виды тренировки. Дозирование нагрузки. Правила техники безопасности на занятиях по гимнастике.

Меры предупреждения травм на занятиях гимнастикой. Причины травматизма и профилактика предупреждения травм на занятиях гимнастикой. Совершенствование навыка страховки. Принципы дозирования нагрузок. Виды дозирования нагрузок. Основные показатели нагрузки в гимнастике. Классификация тренировочных и соревновательных нагрузок.

Тема 6. Использование средств восстановления на занятиях гимнастики.

Классификация средств восстановления: педагогических, психологических, медико-биологических. Особенности применения средств восстановления с юными, квалифицированными спортсменами в процессе тренировочной деятельности и в период участия в соревнованиях.

Питание спортсменов гимнастов. Душ, сауна, массаж как средство восстановления в спорте. Использование витаминов. Применение фармакологических средств восстановления.

Раздел 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований, правила судейства.

Тема 7. Виды соревнований. Классификация соревновательной деятельности.

Виды соревновательной деятельности: личные, командные, лично-командные соревнования. Способы проведения соревнований. Положение о соревновании. Использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности. Оценка эффективности соревновательной деятельности, критерии оценки эффективности.

Тема 8. Правила организации и подготовки мест занятий к соревнованиям.

Положение о соревновании. Разметка площадки. Размещение зрителей и участников. Гигиенические требования к местам проведения соревнований. Программа соревнований по гимнастике. Обязанности главного судьи. Организация соревнований по гимнастике.

Тема 9. Основы соревновательной практики в гимнастике.

Правила соревнований по гимнастике. Спортивный потенциал спортсмена. Роль соревновательных циклов в спортивной практике. Выполнение соревновательных комбинаций в женском гимнастическом многоборье. Выполнение соревновательных комбинаций в мужском гимнастическом многоборье. Соревновательный костюм гимнаста.

5.3. Темы для самостоятельного изучения

п/п	Наименование раздела дисциплины. Тема	Форма самостоятельной работы	Количество часов	Форма контроля выполнения самостоятельной работы
	Раздел1. Физическая подготовка Тема 1.Физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, выносливости, ловкости, гибкости. Упражнения для развития специальных физических качеств, которые определяются спецификой вида спорта.	Тестирование	300	Индивидуальный дневник спортсмена
	Раздел2. Техническая подготовка Тема 1.Техническая подготовка. Обучение технике избранного вида спорта, совершенствование техники.	Тестирование	300	Индивидуальный дневник спортсмена
	Раздел3. Тема1.Соревновательная практика. Соревнования по физической (ОФП и СФП), технико-тактической подготовке, по избранному виду спорта (контрольные прикидки, официальные соревнования различного масштаба).	Тестирование	148	Индивидуальный дневник спортсмена

6. Учебно-методическое обеспечение дисциплины.

а) основная литература:

1. Воропаев В. В. Краткий курс гимнастики: учебное пособие для вузов / В. В. Воропаев, С. А. Пушкин, П. А. Хомяк. - Москва: Советский спорт, 2008.-72 с. -

б) дополнительная литература:

1. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988.
2. Гимнастика /Под. ред. А.М. Шлемина. - М.: Физкультура и спорт, 1979.
3. Гимнастика и методика ее преподавания /Под ред. Н.К. Меньшикова. - СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 1998.
4. Гимнастика с методикой преподавания /Под ред Н.К. Меньшикова. - М.: Просвещение, 1990.
5. Гимнастика с методикой преподавания /Под ред. И.Б. Павлова. - М.: Просвещение, 1985.
6. Гимнастика: Учеб. Для студ. высш. пед. учеб. заведений /М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.; Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - М.: Издательский центр «Академия», 2001.
7. Гимнастическое многоборье. Женские виды /Под ред. Ю.К. Гавердовского. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
8. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. /Под ред. Ю.К. Гавердовского. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
9. Ипполитов Ю.А. Калогномос В.И. Организация и судейство соревнований по гимнастике. - М.: Физкультура и спорт Физкультура и спорт Физкультура и спорт, 1980.
10. Кабачков В.А., Пономарчук В.А. Тренажеры в школе. - М.: Просвещение, 1992.
11. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: Физкультура

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Гимнастические снаряды: бревно, брусья, конь в длину и ширину, гимнастический ковер, конь-махи, перекладина, кольца.

Использование батута, накладок, страховочных тросов, гимнастических лонж.

8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:

8.1. Примерные зачетные тестовые задания.

Примерные зачетные тестовые задания.

Необходимо выбрать один правильный ответ по каждому из предложенных вопросов.

1. На каком этапе многолетней спортивной подготовки оптимально достижение максимального результата?

- 1) этап углубленной спортивной специализации
- 2) этап спортивного совершенствования
- 3) этап высшего спортивного мастерства
- 4) этап спортивного долголетия

2. Какая задача решается на всех без исключения этапах многолетней спортивной подготовки?

- 1) соответствие нагрузок возрастным особенностям организма
- 2) достижение максимального спортивного результата
- 3) достижение разносторонней физической подготовки
- 4) развитие ведущего физического качества

3. В чем заключается основная задача при переходе от одного этапа к другому в многолетней спортивной подготовке?

- 1) в преемственности этапов
- 2) в разносторонней физической подготовке
- 3) в техническом совершенствовании
- 4) в развитии силы

**Сводная таблица правильных ответов
на аттестационные вопросы**

№ вопроса	Правильный ответ
1	3
2	1
3	1
4	3
5	4
6	2
7	3
8	1
9	4
10	2

Критерий оценки ответов на вопросы:

- 90 — 100% правильных ответов — оценка «Отлично»
- 70 — 80% правильных ответов — оценка «Хорошо»
- 50 — 60% правильных ответов — оценка «Удовлетворительно»
- менее 50% правильных ответов — оценка «Неудовлетворительно»

Смотри в электронном варианте.

8.2. Примерный перечень вопросов к зачету и зачетные требования

по двигательной подготовленности. Для проведения текущего контроля самостоятельной работы обучающегося по отдельным разделам дисциплины используются задания в тестовой форме, контрольные работы, тестирование по ОФП, СФП и технической подготовленности.

Требования на 1,2 курсе:

1,3 семестр:

Промежуточная аттестация (декабрь)		Итоговый зачет (июнь)	
1.	Получить аттестацию не ниже «1».	1.	Получить аттестацию не ниже «1».
2.	Пройти углубленный	2.	По теоретическому курсу –

медицинский осмотр в областном врачебно-физкультурном диспансере (ОВФД) и получить допуск к соревнованиям. 3. Выполнить нормативы по общей физической подготовке не ниже оценки «3» (в сумме за 5 нормативов). 4. Выполнять нормативы по специальной физической подготовке, по технико-тактической подготовке в избранном виде спорта. 5. Оформить и вести в системе индивидуальный дневник спортсмена. 6. Оформить и вести в системе разрядную книжку спортсмена.	знания в объеме программы. 3. Знать состав технико-тактических действий спортсмена. 4. Уметь выполнить изученные упражнения по основным разделам (техническая, тактическая, физическая подготовка). 5. Знать правила соревнований. 6. Уметь осуществлять практическое судейство. Знать и уметь подготовить документацию. Принять участие в судействе соревнований не ниже первенства факультета. 7. Участвовать в соревнованиях (не менее пяти стартов), стремиться показать максимально возможный результат. 8. Студентам, не имеющим спортивного разряда подготовиться по программе 3 разряда по избранному виду спорта. 9. Выполнить нормативы по общей физической подготовке не ниже оценки «3» (в каждом отдельном нормативе). Подтвердить или улучшить результаты. 10. Выполнять нормативы по специальной физической подготовке, по технико-тактической подготовке в избранном виде спорта. 11. Систематически вести записи в индивидуальном дневнике спортсмена. 12. Выполнить контрольные задания по самостоятельной работе студентов. 13. Вести в системе разрядную книжку спортсмена.
---	---

2Б, 4Б семестр:

Промежуточная аттестация (декабрь)	Итоговый контроль (июнь)
1. Получить аттестацию не ниже «1». 2. Пройти углубленный медицинский осмотр в областном врачебно-физкультурном диспансере (ОВФД) и получить допуск к соревнованиям. 3. Выполнить нормативы по общей физической подготовке не ниже оценки «4» (в сумме за 5 нормативов).	1. Получить аттестацию не ниже «1». 2. По теоретическому курсу – знания в объеме программы. 3. Уметь выполнить изученные упражнения по программе года обучения. 4. Знать состав средств и методов тренировки спортсмена (по программе двух лет обучения).

4. Выполнять нормативы по специальной физической подготовке, по технико-тактической подготовке в избранном виде спорта. 5. Вести в системе индивидуальный дневник спортсмена. 6. Вести в системе разрядную книжку спортсмена.	5. Знать правила соревнований и методику судейства. 6. Уметь практически осуществлять выполнение функций членов судейской бригады. Принять участие в судействе соревнований не ниже первенства университета. 7. Участвовать в соревнованиях (не менее пяти стартов), показать результат, превышающий результат прошлого года. 8. Подтвердить требования имеющегося разряда и готовиться по более высокому разряду. Для студентов, не имеющих разряда – участвовать по 3-му разряду. 9. Знать основные методы исследований в виде спорта. 10. Выполнить нормативы по общей физической подготовке не ниже оценки «4» (в каждом отдельном нормативе). Подтвердить или улучшить результаты. 11. Выполнять нормативы по специальной физической подготовке, по технико-тактической подготовке в избранном виде спорта. 12. Систематически вести записи в индивидуальном дневнике спортсмена. 13. Выполнить контрольные задания по самостоятельной работе студентов. 14. Вести в системе разрядную книжку спортсмена.
--	--

Примерные зачетные комбинации категории «Б»:

Акробатика (девушки, юноши).

И.п. – о.с.

1. Встать на носки, круг руками дугами внутрь, руки вверх – равновесие на одной, руки в стороны - 1,5.

2. Выпрямиться в И.п – упор присев – кувырок вперед в упор присев, ноги скрестно - 1,5.

3. Поворот кругом в приседе – кувырок назад - 1,5.

4. Перекатом назад стойка на лопатках – 1,0.

5. Перекатом вперед лечь на спину руки вверх – «мост» -1,5.

6. Лечь на спину руки вверх. Перекат прогнувшись вправо, упор лежа, упор присев, встать - 0,5.

7.Шагом вперед переворот в сторону - 2,0.

8.Приставляя ногу, прыжок вверх прогнувшись с поворотом на 90 - 0,5.

Опорный прыжок.

Прыжок углом.

Прыжок боком.

Брусья.

1. С прыжка наскок в упор -1,0.
2. Упор углом (держать 3 сек.) - 2,0.
3. Сед ноги врозь - 1,0.
4. Махом вперед соединить ноги - 1,0.
5. Мах назад, мах вперед - 2,0.
6. Махом назад соскок прогнувшись в сторону - 3,0.

Перекладина (низкая).

1. Из виса стоя махом одной и толчком другой подъем переворотом - 3,0.
- 2.Перемах правой - 1,5.
- 3.Поворот кругом с перемахом левой в упор - 2,0.
- 4.Медленное опускание вперед в вис углом (держать) - 3,5.

Брусья разной высоты.

- 1.Из виса на в/ж размахивание изгибами (2-3 маха) - 2,0.
- 2.Перемах одной в вис лежа сзади - 1,0.
- 3.Поочередными перехватами упор ноги врозь одной на н/ж - 2,0.
- 4.Перемах одной в упор сзади на н\ж - 3,0.
- 5.Соскок махом вперед - 2,0.

Бревно

- 1.Из стойки боком к бревну наскок в упор присев - 1,0.
- 2.Присед руки в стороны, поворот кругом в приседе, встать в стойку на носках руки вверх - 0,5.
- 3.Шагом правой равновесие руки в стороны - 1,5.
- 4.Выпрямляясь, стойка на носках руки в стороны. Шаг галопа с правой, шаг галопа с левой - 2,0.
- 5.Приставляя правую, стойка на носках руки вверх, поворот кругом - 0,5.
- 6.Шаг правой руки в стороны, мах левой. Шаг левой, мах правой - 0,5.
- 7.Шагом правой стойка руки в стороны, прыжок со сменой ног - 1,0.

8. Шаг левой стойка на правом колене, руки в стороны - 1,0.

9. Через упор на одном колене соскок махом назад в сторону прогнувшись – 2,0.

8.2.1. Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Основные средства, методы и особенности технической подготовки (на примере избранного вида спорта).
2. Основные методы, средства и особенности тактической подготовки (на примере избранного вида спорта).
3. Основные средства, методы и особенности психологической подготовки (на примере избранного вида спорта).
4. Основные средства, методы и особенности физической подготовки (на примере избранного вида спорта).
5. Особенности организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.
6. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе (на примере избранного вида спорта).
7. Контроль за развитием основных двигательных способностей (на примере избранного вида спорта).
8. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов (на примере избранного вида спорта).
9. Спортивная ориентация и отбор (на примере избранного вида спорта).
10. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов (на примере избранного вида спорта).
11. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов (на примере избранного вида спорта).
12. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов (на примере избранного вида спорта).
13. Внутренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов (на примере избранного вида спорта).
14. Медико-биологические средства восстановления в спорте.
15. Характеристика педагогической деятельности тренера.

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Критерии технического мастерства спортсмена
2. Критерии тактического мастерства спортсменов
3. Критерии физической подготовки спортсменов
4. Развитие координационных способностей в избранном виде спорта
5. Установка на игру (соревнование, старт), ведение игры, разбор игры (соревнований, старта)
6. Спортивная тренировка как основная форма подготовки спортсмена
7. Физическая подготовка в процессе начального обучения спортивным навыкам
8. История возникновения избранного вида спорта
9. Планирование, организация и проведение соревнований
10. Задачи и содержание тренировочного процесса на подготовительном этапе
11. Требования к педагогической деятельности современного тренера
12. Роль судьи в избранном виде спорта
13. Спортивная стратегия и тактика

14. Место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации
15. Требования к технике безопасности в виде спорта. Состояние спортивных сооружений, инвентаря, оборудования
16. Правила соревнований и их значение
17. Составные части тренировки
18. Характеристика основных средств восстановления в ИВС
19. Оборудование и инвентарь для проведения занятий и соревнований по виду спорта
20. Начальный отбор для занятий избранным видом спорта
21. Комплектование групп и организация занятий в спортивных секциях
22. Педагогический и врачебный контроль на спортивных занятиях
23. Подготовительные и подводящие упражнения при обучении
24. Принципы спортивной тренировки
25. Дозирование нагрузок в разные возрастные периоды развития спортсмена
26. Возрастные особенности развития выносливости у спортсменов
27. Массовые формы спортивной работы по специализации.

8.6. Балльно-рейтинговая система, используемая преподавателем для оценивания знаний студентов по данной дисциплине.

Технологическая карта

Дисциплина Повышение спортивного мастерства (гимнастика)

(название дисциплины согласно учебному плану)

Направление подготовки 050100 Педагогическое образование

Профиль (программа) Физкультурное образование

Уровень образования Бакалавр

курс 1, семестр 1-2

Виды работы	Лекции (ч)	Семинары/практикт. (ч)	Лаб. работ. (ч)	Консульт. (ч)	РС (ч)	Средний балл	Экзам. (ЗЕ)	Всего часов	Всего ЗЕ
Часы/ЗЕ			108			+		108	3

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1 Использование тренировочных гимнастических средств на тренировочных занятиях			20	35
Текущий контроль				
1. Посещаемость	1	27		
2. Техника выполнения	1	8		

гимнастических элементов				
Промежуточный контроль				
1. Организация разминки и заминки на тренировочном занятии по гимнастике	1	5		5
Итого			20	40
Модуль 2. Соревновательная и судейская практика на занятиях гимнастикой				
Текущий контроль			10	20
1. Участие в организации соревнований по гимнастике	2	5		
2. Участие в организации судейства	2	5		
Промежуточный контроль				
Динамика роста спортивных результатов	10	1		10
Итого:			10	30
Итоговый контроль				
1. Зачет				25
Итого				25
Поощрительные баллы				
1. Соблюдение техники безопасного поведения			-	5
2. Соответствие спортивной одежды предъявленным требованиям			-	
Всего			30	100

Преподаватель: _____ Сверкунова Наталья Сергеевна, старший преподаватель
 _____ (Ф.И.О., ученая степень, ученое звание)

Утверждено на заседании кафедры _____ Протокол № ____ от « ____ »
 _____ 20 ____ г.

Зав. кафедрой _____ / _____ /