

Технологическая карта  
Гимнастика  
1 курс 1 семестр

Иностранный язык (Б.1.01), Естественно-научные основы (Б.2.01), Анатомия человека (Б.3.01), ГиМОБВС – гимнастика, легкая атлетика (Б.3.12), ПСС (Б.3.В.02), Физическая культура (Б.4)						
Базовый модуль						
№ занятия	Посещаемость, баллы	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов		Накопительная стоимость в баллах	Часы сам.раб. на подг. к видам контроля
			Мин	Макс		
1		Лекция 1: Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания.				
2		Лекция 2: Терминология гимнастических упражнений.				
3		<p>Практико-методическое занятие:</p> <p>Текущий контроль (ТК-1). Опрос по темам лекций.</p> <p>Строевые упражнения (СУ): Точки зала. Построение в шеренгу и колонну, рапорт, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение с изменением направлений: противоходом и змейкой, захождением плечом, по диагонали, по кругу Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении</p> <p>Текущий контроль (ТК-2). Вольные упражнения № 1 на 32 счета (разучивание и контроль).</p>	1	3	12	6
			2	9		8
4		<p>Практико-методическое занятие:</p> <p>СУ: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и по 3 на месте, размыкания на указанный интервал приставными шагами. Перестроение захождением плечом. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении.</p> <p>ОРУ: Последовательность ОРУ в комплексе. Способы обучения (показ, по-объяснению, смешанный, по-разделениям). Ознакомление с командами, учебная практика в проведении ОРУ. Лазание по канату (организация занятия и методика обучения): в 2 приема (2 варианта) и в</p>			21	6

		3 приема. Текущий контроль (ТК-3). Лазание по канату в 2 и 3 приема.	3	9		
5		Практико-методическое занятие: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и более поворотом в движении, размыкание в движении. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении СУ. Упражнения на снарядах. Ю.: акробатика, конь-махи, брусья. Д.: акробатика, бревно – ознакомление, тренировка. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях. Текущий контроль (ТК-4) – Проведение комплекса ОРУ без предмета..	2	9	30	10
6		Рубежный контроль: Конспект ОРУ без предмета. Формулировка частных задач для ОРУ	5	10	40	10
		Контрольная работа № 1 «Гимнастическая терминология»	15	30	70	10
		Промежуточный контроль. Зачет	22	30	100	10
Сумма		ТК+РК+Контр. работа+ПК	50	100		60

Дополнительный модуль

№	Содержание	Мин	Макс
1	ВУ на 32 счета	2	7
2	Проведение СУ	2	7
3	Проведение ОРУ без предмета	2	7
4	Конспект ОРУ без предмета	2	7
5	Проведение ОРУ в парах, в сцеплении	4	7
6	Конспект ОРУ в парах, в сцеплении	2	7
7	Упражнения на снарядах из объема школьной программы	4	8
	Итого	18	50

1 курс 2 семестр

Иностранный язык (Б.1.01), Естественно-научные основы (Б.2.01), Анатомия человека (Б.3.01), ГиМОБВС – гимнастика, легкая атлетика (Б.3.12), ПСС (Б.3.В.02), Физическая культура (Б.4)						
<u>Базовый модуль</u>						
№ занятия	Посещаемость Баллы	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов		Накопительная стоимость в баллах	Часы сам.раб. на подг. к видам контроля
			Мин	Макс		

1	СУ: Перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием). Размыкание приставными шагами вправо, влево, от середины и смыкание. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Вольные упражнения № 2 –разучивание. Текущий контроль (ТК-1) - СУ	2	7	7	9
2	СУ. Текущий контроль (ТК-2). ОРУ на гим.скамейке, стенке. Ознакомление - ОРУ поточно, в сцеплении (в кругу) в парах. Упражнения на снарядах – Ю.: акробатика. Д.: акробатика	2	8	15	10
3	СУ. Текущий контроль (ТК-3).ОРУ поточно, в сцеплении (в кругу), в парах. Упражнения на снарядах. Ю.: перекладина, опорный прыжок Д.: брусья, опорный прыжок - разучивание	2	8	23	10
4	СУ. Текущий контроль (ТК-4). Упражнения на снарядах. Ю.: перекладина, опорный прыжок Д. : брусья, опорный прыжок	2	7	30	8
	Рубежный контроль: письменный опрос	5	10	40	10
	Контрольная работа № 2 «Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям»	15	30	70	10
	Промежуточный контроль. Зачет	22	30		5
Сумма	ТК+РК+Контр.раб.+ПК	50	100		62

#### Дополнительный модуль

№	Содержание	Мин	Макс
1	ВУ на 32 счета	1	3
2	Проведение СУ	1	3
3	Проведение ОРУ без предмета	1	3
4	Конспект ОРУ без предмета	1	3
5	Проведение ОРУ на стенке, на скамейке	1	3
6	Конспект ОРУ на стенке, на скамейке	1	3
7	Проведение ОРУ в парах, в сцеплении	2	3
8	Конспект ОРУ в парах, в сцеплении	2	3
9	Проведение ОРУ поточным	1	3
10	Конспект ОРУ поточным	1	3
11	Проведение подготовительной части урока	2	5
12	Конспект подготовительной части урока	2	3
13	Упражнения на снарядах из объема школьной программы	1	6
14	Устный опрос по вопросам рубежного контроля	1	6
	Итого	18	50