

Контрольные работы №1 - II, №2 - V, №3 - VII, №4 - IX семестров. Требования к содержанию и оформлению контрольных работ представлены в п.1.3. При подготовке к выполнению контрольных работ целесообразно использовать **литературу, представленную в п.1.3.** Каждая из трех частей каждой контрольной работы оценивается от 5 до 10 баллов. Окончательная оценка любой контрольной работы состоит из суммы баллов за все три ее части. Критерии оценки представлены в таблице 1.

Таблица 1

Виды контроля, баллы	Критерии оценки
<p>Контрольная работа № 1 (15/30 баллов)</p> <p>Каждая часть контрольной работы оценивается отдельно от 5 до 10 баллов</p>	<p>1 часть</p> <p>10 баллов - своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Изложены все требования к содержанию, композиции и исполнению для каждого вида гимнастического многоборья. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>9 баллов – несвоевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно. Изложены все требования к содержанию, композиции и исполнению для каждого вида гимнастического многоборья. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>8 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Изложены все требования к содержанию, композиции и исполнению для каждого вида гимнастического многоборья. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>7 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Имеются ошибки в терминологии. Изложены все требования к содержанию, композиции и исполнению для каждого вида гимнастического многоборья. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>6 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно, с ошибками в терминологии. Отсутствуют некоторые требования к содержанию, композиции и исполнению на видах многоборья. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>5 баллов – несвоевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно с орфографическими ошибками и ошибками в терминологии. Отсутствуют некоторые требования к содержанию, композиции и исполнению на видах многоборья. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.</p> <p>2 часть</p> <p>10 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>9 баллов - несвоевременное предоставление неаккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p>

8 баллов - своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач часто отсутствуют. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Частично отсутствует запись упражнений с помощью символов. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач отсутствуют. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременное предоставление 2 части к/р оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса и причины неудач. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Ответы на вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов - несвоевременное предоставление 2 части к/р, оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

3 часть

10 баллов - своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

9 баллов – несвоеременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов указаны правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

8 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Иногда присутствуют орфографические ошибки. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р,

	<p>оформленная аккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>6 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>5 баллов – несвоевременное предоставление 3 части к/р, оформленная неаккуратно. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Отсутствует запись упражнений символами. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Схема пространственной композиции отсутствует. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.</p>
<p>Контрольные работы №№ 2 и 3 (15/30 баллов)</p> <p>Каждая часть контрольной работы оценивается отдельно от 5 до 10 баллов</p>	<p style="text-align: center;">1 часть</p> <p>10 баллов - своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно, без орфографических ошибок и ошибок в терминологии. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ и соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>9 баллов – несвоеременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно, но без орфографических ошибок и ошибок в терминологии. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ и соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>8 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Имеются орфографические ошибки. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ, но иногда не соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>7 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно. Имеются ошибки в терминологии. Содержание и оформление плана-графика</p>

соответствует требованиям. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ, но иногда не соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Имеются ошибки в терминологии и орфографические ошибки. Указанные средства иногда не соответствуют видам подготовки и не учитывают индивидуальных особенностей. Распределение средств по УТЗ часто неграмотное. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов – несвоевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно с орфографическими ошибками и ошибками в терминологии. Количество средств недостаточно. Указанные средства иногда не соответствуют видам подготовки и не учитывают индивидуальных особенностей. Распределение средств по УТЗ часто неграмотное. Отсутствует запись элементов с помощью символов. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

2 часть

10 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

9 баллов - несвоевременное предоставление неаккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

8 баллов - своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач часто отсутствуют. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Частично отсутствует запись упражнений с помощью символов. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач отсутствуют. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременное предоставление 2 части к/р, оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса и причины неудач. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Ответы на вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов - несвоевременное предоставление 2 части к/р, оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

3 часть

10 баллов - своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка рассчитана правильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

9 баллов – несвоеременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов указаны правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка рассчитана правильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

8 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Иногда присутствуют орфографические ошибки. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка на одном из видов многоборья рассчитана неправильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка на одном из видов многоборья рассчитана неправильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Не всегда правильно рассчитана базовая оценка упражнений. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают

	<p>затруднения.</p> <p>5 баллов – несвоевременное предоставление 3 части к/р, оформленная неаккуратно. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Отсутствует запись упражнений символами. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Не всегда правильно рассчитана базовая оценка упражнений. Схема пространственной композиции отсутствует. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.</p>
<p>Контрольная работа № 4 (15/30 баллов)</p> <p>Каждая часть контрольной работы оценивается отдельно от 5 до 10 баллов</p>	<p style="text-align: center;">1 часть</p> <p>10 баллов - своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно, без орфографических ошибок и ошибок в терминологии. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Указаны все виды подготовки. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ и соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>9 баллов – несвоевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно, но без орфографических ошибок и ошибок в терминологии. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Указаны все виды подготовки. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ и соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>8 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Имеются орфографические ошибки. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Указаны все виды подготовки. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ, но иногда не соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.</p> <p>7 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно. Имеются ошибки в терминологии. Содержание и оформление плана-графика соответствует требованиям. Указаны все виды подготовки. Средства грамотно подобраны, распределены по УТЗ, но иногда не соответствуют видам подготовки. План-график составлен с учетом индивидуальных особенностей. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.</p> <p>6 баллов – своевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная аккуратно. Имеются ошибки в терминологии и орфографические ошибки. Отсутствуют некоторые виды подготовки. Указанные средства иногда не соответствуют видам подготовки и не учитывают</p>

индивидуальных особенностей. Распределение средств по УТЗ часто неграмотное. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов – несвоевременно предоставлена 1 часть к/р, оформленная неаккуратно с орфографическими ошибками и ошибками в терминологии. Количество средств недостаточно. Из видов подготовки имеется только физическая и техническая. Указанные средства иногда не соответствуют видам подготовки и не учитывают индивидуальных особенностей. Распределение средств по УТЗ часто неграмотное. Отсутствует запись элементов с помощью символов. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

2 часть

10 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

9 баллов - несвоевременное предоставление неаккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание раскрыто полностью и соответствует требованиям. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

8 баллов - своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач часто отсутствуют. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременное предоставление аккуратно оформленной 2 части к/р. Содержание соответствует требованиям. Частично отсутствует запись упражнений с помощью символов. Анализ собственного тренировочного процесса изложен в общих чертах, причины неудач отсутствуют. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременное предоставление 2 части к/р, оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса и причины неудач. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Ответы на вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов - несвоевременное предоставление 2 части к/р, оформленной неаккуратно. Отсутствует запись упражнений с помощью символов. Часто, либо совсем, отсутствует анализ собственного тренировочного процесса. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

3 часть

10 баллов - своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Ошибки в терминологии

отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка рассчитана правильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

9 баллов – несвоевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов указаны правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка рассчитана правильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

8 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Иногда присутствуют орфографические ошибки. Ошибки в терминологии отсутствуют. Группы трудности элементов расставлены правильно. Правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка на одном из видов многоборья рассчитана неправильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на вопросы преподавателя не вызывают затруднений.

7 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная аккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Базовая оценка на одном из видов многоборья рассчитана неправильно. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

6 баллов – своевременно предоставлена 3 часть к/р, оформленная неаккуратно. Присутствуют орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Не всегда правильно рассчитана базовая оценка упражнений. Предоставлена схема пространственной композиции. Ответы на некоторые вопросы преподавателя вызывают затруднения.

5 баллов – несвоевременное предоставление 3 части к/р, оформленная неаккуратно. Имеются орфографические ошибки и ошибки в терминологии. Отсутствует запись упражнений символами. Группы трудности элементов не всегда указаны правильно. Не всегда правильно указано наличие/отсутствие специальных требований. Не всегда правильно рассчитана базовая оценка упражнений. Схема пространственной композиции отсутствует. Студент не может ответить на вопросы преподавателя.

1.3.1. Контрольная работа № 1

1.3.1.1. Требования правил соревнований к содержанию, к композиции и исполнению упражнений на видах гимнастического многоборья (описываются студентов в зависимости от его разряда, но не ниже первого спортивного разряда).

1.3.1.2. Содержание каждого собственного тренировочного занятия (заполняется в хронологическом порядке), включающее дату и номер занятия, вес гимнаста, его самочувствие до и после тренировки, краткий анализ занятия в части, что удалось, а над чем нужно работать (с указанием причин). В содержании занятий элементы и связки, имеющие трудность, должны быть записаны символами! Минимальное количество занятий в неделю – 2. Здесь же представляются результаты тестирования уровня СФ подготовленности и результаты выступления на соревнованиях.

1.3.1.3. Текстовая запись и запись символами собственных соревновательных упражнений с указанием групп трудности элементов для каждого вида многоборья, наличия/отсутствия специальных требований. Для вольных упражнений и упражнений на бревне необходимо представить схему пространственной композиции.

1.3.2. Контрольные работы №№ 2, 3 и 4

1.3.2.1. План-график УТП на учебный год (представляется в виде таблицы), содержащий следующие пункты: виды подготовки (в том числе тестирование, соревнования и др.), средства, распределение средств по номерам УТЗ. План-график составляется в течение первых двух недель с момента начала занятий по дисциплине ПСС в каждом учебном году. В контрольных работах № 2 и № 3 планируются только физическая и техническая виды подготовки, а также тестирование и соревнования. В контрольной работе № 4 – все виды подготовки. Элементы, имеющие группы трудности записываются символами.

1.3.2.2. Содержание каждого собственного тренировочного занятия (заполняется в хронологическом порядке), включающее дату и номер занятия, вес гимнаста, его самочувствие до и после тренировки, краткий анализ занятия в части, что удалось, а над чем нужно работать (с указанием причин). В содержании занятий элементы и связки, имеющие трудность, должны быть записаны символами! Минимальное количество занятий в неделю – 2. Здесь же представляются результаты тестирования уровня СФ подготовленности и результаты выступления на соревнованиях.

1.3.2.3. Текстовая запись и запись символами собственных соревновательных упражнений с указанием базовой оценки для каждого вида многоборья (группы трудности элементов, наличие/отсутствие специальных требований). Для вольных упражнений и упражнений на бревне необходимо представить схему пространственной композиции.

Для выполнения контрольных работ целесообразно изучить **следующую литературу:**

1. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика [Текст]: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению "Физическая культура" / Е. С. Крючек [и др.]; под ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехиной. - Москва: Академия, 2012. - 282, [1] с.: ил. - (Высшее профессиональное образование) (Бакалавриат). - Гриф: Рек. УМО вузов РФ. - ISBN 978-5-7695-8027-7.

2. Гимнастика [Текст]: Учебник для студ. высш учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - 7-е изд. М.: Академия, 2010. – 444 с.

3. Спорт высших достижений: Спортивная гимнастика: Учебное пособие / Под ред. Савельевой Л.А., Терехиной Р.Н. – М.: Человек, 2014. – 148 с. {ЭБС}

4. Аркаев, Л.Я. Как готовить чемпионов. Теория и технология подготовки гимнастов высшей квалификации / Л.Я.Аркаев, Н.Г.Сучилин– М.: Физкультура и спорт, 2004. – 338 с.

9. Менхин, Ю.В. Физическая подготовка к высшим достижениям в видах спорта со сложной координацией движений: Автореф. дис. ...д-ра пед. наук / Ю.В.Менхин; – М., 1990. – 48 с.

11. Code FIG. Правила соревнований по спортивной гимнастике, 2013-2016 г.
на сайте www.sportgymrus.ru