Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра теории и методики гимнастики

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ
(«Спортивные виды акробатики»)

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

49.03.01 – «Физическая культура»

Направленность (профиль):
Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Квалификация:
бакалавр

Форма обучения:
Очная/заочная

Рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
«31» августа 2015 г., протокол №1
Зав. кафедрой _____Терехина Р.Н.

Автор-разработчик: к.п.н., доцент Руденко

Санкт-Петербург, 2015 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ.....3

1.1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ (ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ) 3

1.2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ (ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ) 44

2. НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ 74

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ.....76

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПОГОТОВКЕ И ОТЧЁТУ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАДАНИЙ.....78

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПИСЬМЕННЫМ РАБОТАМ.....78

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ к «МОДЕЛИРОВАНИЮ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ».....80

7. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА.....80

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СИТИ «ИНТЕРНЕТ» 83

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....84

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.....85

1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ

1.1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ (ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Профессионально-спортивное совершенствование» (спортивные виды акробатики)
1 курс 1,2 семестры (на 20__/20__ учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1 семестр					
1	0,1	**Практическое занятие № 1** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,1	
2	0,1	**Практические занятия № 2-7** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Оборудование залов для занятий акробатикой. Использование технических средств в учебно-тренировочном процессе (их характеристика и классификации). Соблюдение техники безопасности на занятиях акробатикой. Типичные травмы и профессиональные заболевания у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». Профилактика травматизма в процессе занятий акробатикой. Основные правила подготовки места занятий акробатикой, Переноска грузов. 2. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, обще-		0,2	2
3	0,1			0,3	
4	0,1			0,4	
5	0,1			0,5	
6	0,1			0,6	

		развивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. 3. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 4. Хореографическая подготовка. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
7	0,2	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 7** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** 1. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Хореографическая подготовка. 3. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.	**3/6**	6,8	
8	0,1	**Практические занятия № 8-13** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа.		6,9	2
9	0,1			7,0	
10	0,1			7,1	
11	0,1			7,2	
12	0,1			7,3	
13	0,1			7,4	
14	0,1	**Практические занятия № 14-18** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.		7,5	2
15	0,1			7,6	
16	0,1			7,7	
17	0,1			7,8	
18	0,1			7,9	
19	0,3	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 19** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики.	**3/6**	14,2	
20	0,1	**Практические занятия № 20-24** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.**		14,3	2
21	0,1			14,4	
22	0,1			14,5	

23	0,1	Содержание занятий:		14,6	
24	0,1	1. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах акробатики. Интегральной подготовки в различных спортивных видах акробатики. 2. Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку.		14,7	
25	0,3	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 25** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку.	**2/6**	21,0	
26	0,1	**Практические занятия № 26-27**		21,1	
27	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.		21,2	
28	0,3	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 28** Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики.	**3/6**	27,5	
29	0,1	**Практические занятия № 29-30**		27,6	
30	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		27,7	
31	0,1	**Практическое занятие № 31** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		27,8	
32	0,3	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 32** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.	**3/6**	34,1	

		4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.			
2 семестр					
33	0,1	**Практическое занятие № 33** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,2	
34	0,1	**Практические занятия № 34-43** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Обучение ОРУ методом «считалок» (т.е. сопровождение выполнения движений командами в стихотворных формах). 4. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,3	2
35	0,1			34,4	
36	0,1			34,5	
37	0,1			34,6	
38	0,1			34,7	
39	0,1			34,8	
40	0,1			34,9	
41	0,1			35,0	
42	0,1			35,1	
43	0,1			35,2	
44	0,3	**ШЕСТОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 44** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у	**3/6**	41,5	

		гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Обучение ОРУ методом «считалок» (т.е. сопровождение выполнения движений командами в стихотворных формах). 4. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
45	0,1	**Практические занятия № 45-52** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа.		41,6	2
46	0,1			41,7	
47	0,1			41,8	
48	0,1			41,9	
49	0,1			42,0	
50	0,1			42,1	
51	0,1			42,2	
52	0,1			42,3	
53	0,1	**Практические занятия № 53-62** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.		42,4	2
54	0,1			42,5	
55	0,1			42,6	
56	0,1			42,7	
57	0,1			42,8	
58	0,1			42,9	
59	0,1			43,0	
60	0,1			43,1	
61	0,1			43,2	
62	0,1			43,3	
63	0,3	**СЕДЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 63** Содержание занятий: 1. Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа. 2. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики.	**3/6**	49,6	
64	0,1	**Практические занятия № 64-73** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах акробатики. Интегральной подготовки в различных спортивных видах акробатики. 2. Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо		49,7	2
65	0,1			49,8	
66	0,1			49,9	
67	0,1			50,0	
68	0,1			50,1	
69	0,1			50,2	
70	0,1			50,3	
71	0,1			50,4	
72	0,1			50,5	
73	0,1			50,6	

		техническую подготовку.			
74	0,3	**ВОСЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №74** Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку.	**2/6**	56,9	
75	0,1	**Практические занятия № 75-76**		57,0	2
76	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером .		57,1	
77	0,3	**ДЕВЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №77** Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке.	**3/6**	63,4	
78	0,1	**Практические занятия № 78-79**		63,5	
79	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		63,6	
80	0,1	**Практическое занятие № 80** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		63,7	
81	0,3	**ДЕСЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 81** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.	**3/6**	70,0	
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 1 и 2 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	Содержание контроля	Форма контроля
	1 семестр	
Первый текущий контроль	1. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Хореографическая подготовка. 3. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: по заданию преподавателя организовать и провести фрагмент занятия по заданию «1». Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Организация и проведение учебного задания предполагает элементы перестроения группы. 3. Время проведения – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. Задание: по заданию преподавателя организовать и провести фрагмент обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Организация и проведение учебного задания предполагает элементы перестроения группы. 3. Время проведения – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку. Задание: по заданию преподавателя организовать и провести фрагмент тренировочного занятия в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку. Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Организация и проведение учебного задания предполагает элементы перестроения группы. 3. Время проведения – 10 минут.	Практическая
Четвёртый текущий контроль	Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: - Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). - Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Пятый текущий	1. Моделирование педагогических наблюдений.	Теоретическая.

контроль	2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Практическая.
2 семестр		
Шестой текущий контроль	**Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Обучение ОРУ методом «считалок» (т.е. сопровождение выполнения движений командами в стихотворных формах). 4. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: сконструировать и провести под музыкальное сопровождение комплекс ОРУ на 32 и 64 счёта (направленность каждого квадрата определяется преподавателем) с использованием метода «считалок». Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Студенты делятся в бригады:: оценка «коллективная». 3. Первый квадрат – базовые упражнения из «основной гимнастике», второй – упражнения, основанные на взаимодействиях (парных или групповых); третий – «танцевальный комплекс», четвёртый - «акробатическая композиция». 4. Время на подготовку 50 минут.	Практическая
Седьмой текущий контроль	1. Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа. 2. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упраж-	Практическая

	нений в рамках «Малой» акробатики. Задание: по заданию преподавателя сконструировать и провести фрагменты тренировочного занятия, направленного на развитие физических способностей и обучения элементам «малой» акробатики. Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Организация и проведение учебного задания предполагает элементы перестроения группы. 3. Упражнения демонстрируются методами показа, рассказа, смешанным и по разделениям. 4. Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Восьмой рубежный контроль	Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку. Задание: по заданию преподавателя сконструировать и провести фрагмент тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку. Требования: 1. Наличие конспекта обязательно. 2. Организация и проведение учебного задания предполагает элементы перестроения группы. 3. Упражнения демонстрируются методами показа, рассказа, смешанным и по разделениям. 4. Время проведения – 10 минут.	Практическая
Девятый текущий контроль	Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: - Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). - Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Десятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: - Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . - Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Место спортивных видов акробатики в отечественной системе физического воспитания.
2. Характеристика оздоровительного, образовательно-развивающего и прикладного направлений в акробатике.
3. Характеристика, классификация упражнений спортивных видов акробатики.
4. Характеристика и классификация упражнений на снарядах и с предметами. Методика проведения и организации снарядовой и предметной гимнастики.
5. Характеристика гимнастических стилизованных танцев.
6. Средства музыкальной выразительности и хореографии (музыкальная грамота, хореографические упражнения, разновидности шагов).
7. Акробатические упражнения и их классификации.
8. Средства общей физической подготовки.
9. Средства специальной физической подготовки. Сенситивные периоды развития физических качеств.
10. Понятие «сила». Методы и средства развития силы у акробатов.
11. Понятие «быстрота». Методы и средства развития быстроты у акробатов.
12. Понятие «скоростно-силовые способности». Методы и средства развития скоростно-силовых способностей у акробатов.
13. Понятие «выносливости». Методы и средства развития выносливости у акробатов.
14. Понятие «двигательно-координационные способности». Методы и средства развития двигательно-координационные способности у акробатов.
15. Понятия «гибкость» и «способность к рациональному мышечному расслаблению». Методы и средства развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у акробатов.
16. Терминология спортивных видов акробатики.

Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

Дополнительный модуль

п. №	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат по теме: «Конструирование и проведение комплексов ОРУ с элементами акробатики».	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат «Физическая подготовка в спортивных видах акробатики»	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат «Техника и обучение упражнений в спортивных видах акробатики»	10
4	По расписанию преподавателя	Контрольная работа: «Спортивная тренировка в различных видах акробатики»	10
5	По расписанию преподавателя	Реферат «Судейство в спортивных видах акробатики»; Письменный отчёт: «Обоснования темы курсовой работы», «Введение (в рамках курсовой работы», «Литературный обзор», «Цель, методы и организация исследования», «Обоснование методики».	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Профессионально-спортивное совершенствование» (спортивные виды акробатики)
2 курс 3,4 семестры (на 20__/20__ учебный год)

Базовый модуль

№ занятия	Посещаемость (баллы)		Количество баллов	Накопительная «стои-	Количество часов

		Содержание занятий и виды контроля	min (max)	мость»/ балл	само-стоя-тельной работы на под-готовку к видам контро-ля
		3 семестр			
82	0,1	**Практическое занятие № 82** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,1	
83	0,1	**Практические занятия № 83-87** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) в сочетании с акробатическими элементами на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по оздоровительной и спортивной аэробике. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,2	2
84	0,1			0,3	
85	0,1			0,4	
86	0,1			0,5	
87	0,1			0,6	
88	0,2	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №88** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из	**3/6**	6,8	

		арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) в сочетании с акробатическими элементами на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по оздоровительной и спортивной аэробике. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
89	0,1	**Практические занятия № 89-94** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: 1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства.		6,9	2
90	0,1			7,0	
91	0,1			7,1	
92	0,1			7,2	
93	0,1			7,3	
94	0,1			7,4	
95	0,1	**Практические занятия № 95-99** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.		7,5	2
96	0,1			7,6	
97	0,1			7,7	
98	0,1			7,8	
99	0,1			7,9	
100	0,3	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №100** 1. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 2. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.	**3/6**	14,2	
101	0,1	**Практические занятия № 101-105** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в		14,3	2
102	0,1			14,4	
103	0,1			14,5	
104	0,1			14,6	
105	0,1			14,7	

		различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия в различных спортивных видах акробатики.			
106	0,3	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №106** Проведение фрагментов тренировочного занятия в различных спортивных видах акробатики.	**2/6**	21,0	
107	0,1	**Практические занятия № 107-108**		21,1	
108	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.		21,2	
109	0,3	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие №109** Судейский «тренаж»: анализ соревновательных композиций в спортивной акробатике.	**3/6**	27,5	
110	0,1	**Практические занятия № 110-111**		27,6	
111	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		27,7	
112	0,1	**Практическое занятие № 112** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		27,8	
113	0,3	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 113** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.	**3/6**	34,1	
4 семестр					
114	0,1	**Практическое занятие № 114** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных**		34,2	

		видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями. Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
415	0,1	**Практические занятия № 115-124** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация миникомпозиций и композиции из вольных акробатическо-гимнастических упражнений на 32 , 64, 128 счётов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Моделирование проведения занятий акробатикой в фитнес-индустрии и различных реабилитационных и рекреационных оздоровительных системах. 5. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по художественной и эстетической гимнастике. 6. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,3	2
116	0,1			34,4	
117	0,1			34,5	
118	0,1			34,6	
119	0,1			34,7	
120	0,1			34,8	
121	0,1			34,9	
122	0,1			35,0	
123	0,1			35,1	
124	0,1			35,2	
125	0,3	**ШЕСТОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 125** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация миникомпозиций и композиции из вольных акробатическо-гимнастических упражнений на 32 , 64, 128 счётов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Моделирование проведения занятий акробатикой в фитнес-индустрии и различных реабилитационных и рекреационных оздоровительных системах.	**3/6**	41,5	

		5. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по художественной и эстетической гимнастике. 6. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
126	0,1	**Практические занятия № 126-133** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: 1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства.		41,6	2
127	0,1			41,7	
128	0,1			41,8	
129	0,1			41,9	
130	0,1			42,0	
131	0,1			42,1	
132	01			42,2	
133	0,1			42,3	
134	0,1	**Практические занятия № 134-143** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.		42,4	2
135	0,1			42,5	
136	0,1			42,6	
137	0,1			42,7	
138	0,1			42,8	
139	0,1			42,9	
140	0,1			43,0	
141	0,1			43,1	
142	0,1			43,2	
143	0,1			43,3	
144	0,3	**СЕДЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 144** 1. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 2. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.	**3/6**	49,6	
145	0,1	**Практические занятия № 145-154** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам акробатики.		49,7	2
146	0,1			49,8	
147	0,1			49,9	
148	0,1			50,0	
149	0,1			50,1	
150	0,1			50,2	
151	0,1			50,3	
152	0,1			50,4	
153	0,1			50,5	
154	0,1			50,6	
155	0,3	**ВОСЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 155** Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным	**2/6**	56,9	

		спортивным видам акробатики.			
156	0,1	**Практические занятия № 156-157**		57,0	2
157	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.		57,1	
158	0,3	**ДЕВЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 158** Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке.	**3/6**	63,4	
159	0,1	**Практические занятия № 159-160**		63,5	
160	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		63,6	
161	0,1	**Практическое занятие № 161** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		63,7	
162	0,3	**ДЕСЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 162** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.	**3/6**	**10,0**	
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 3 и 4 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	Содержание контроля	Форма контроля
	3 семестр	
Первый текущий контроль	Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе	Практическая

	опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация комплексов ОРУ «симметричного» и «асимметричного» характера (с предметами и без них, у гимнастической скамейки и стенки, в парах и группах и др.) в сочетании с акробатическими элементами на 32 и 64 счёта с использованием различных методов и подходов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по оздоровительной и спортивной аэробике. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1» и «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	
Второй текущий контроль	1. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 2. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1» и «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	Проведение фрагментов тренировочного занятия в различных спортивных видах акробатики. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по указанному заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая
Четвёртый текущий контроль	Судейский «тренаж»: анализ соревновательных композиций в спортивной акробатике. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая

Пятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Теоретическая. Практическая.
4 семестр		
Шестой текущий контроль	Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Составление и демонстрация миникомпозиций и композиции из вольных акробатическо-гимнастических упражнений на 32 , 64, 128 счётов. 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Моделирование проведения занятий акробатикой в фитнес-индустрии и различных реабилитационных и рекреационных оздоровительных системах. 5. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по художественной и эстетической гимнастике. 6. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . -Время проведения – 10 минут.	Практическая
Седьмой текущий контроль	1. Проведение модельных тренировочных занятий по развитию . Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 2. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать .	Практическая

	-Время проведения – 10 минут.	
Восьмой рубежный контроль	Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам акробатики. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая
Девятый текущий контроль	Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Десятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Характеристика техники акробатических упражнений (определение; основы и детали; части; перспективы).Особенности тренировки координационных способностей у спортсменов-акробатов.
2. Особенности тренировки гибкости и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
3. Особенности тренировки силовых способностей у спортсменов-акробатов.
4. Особенности тренировки скоростно-силовых способностей и быстроты у спортсменов спортивных видов акробатики.
5. Особенности тренировки быстроты у спортсменов спортивных видов акробатики.
6. Особенности тренировки общей и специальной выносливости у спортсменов спортивных видов акробатики.

7. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов спортивных видов акробатики. Соревнования и тренировка как основные формы деятельности спортсменов.
8. Основы спортивно-технического мастерства спортсменов спортивных видов акробатики «что» и «как» делает спортсмен.
9. Техника акробатических упражнений (определение, виды, структура, перспективы развития).Кинематические и динамические характеристики техники выполнения акробатических упражнений.
10. Критерии (количественные и качественные) спортивно-технического мастерства спортсменов-акробатов.
11. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из спортивных видов акробатики).Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
13. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов акробатов.
14. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов акробатов.
15. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов акробатов.
16. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов акробатов.
17. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов акробатов.
18. Особенности проведения занятий по спортивным видам акробатики с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
19. Особенности проведения занятий по спортивным видам акробатики с детьми среднего и старшего школьного возраста.
20. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.Особенности работы тренера в спортивным видам акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств).
21. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой. Музыкально-акробатическая композиция в парно-групповой спортивной акробатике (структура содержание, методика составления, основные проблемы).Основы судейства в спортивных видах акробатики.
22. Выставление оценки за компонент «Артистичность».
23. Выставление оценки за компонент «Сложность».Выставление оценки за компонент «Исполнение».Характеристика соревнований.
24. Основные документы для проведения соревнований. Правила составления программы соревнований.
25. Особенности организации и процедуры судейства в «прыжковых» и «парно-групповых» спортивных видов акробатики.
26. Характеристика циклов спортивной тренировки.
27. Микроцикл тренировки. Типы и средства.
28. Вспомогательные средства в обучении акробатическим элементам – батут.Мезоцикл тренировки. Типы и средства.
29. Макроцикл тренировки. Типы и средства.
30. Направление научных исследований в спортивных видах акробатики. Этапы научного исследования (показать на примере изучения актуальных вопросов проведения и организации учебно-тренировочного и соревновательного процессов в спортивных видах акробатики). Связь теории и практики.

31. Методы исследования: обобщение данных специальной и научно-методической литературы, а также анализ документальных и архивных материалов; педагогическое наблюдение; педагогический эксперимент (ответ проиллюстрировать примерами научно-исследовательской работы в спортивных видах акробатики).
32. Методы исследования: контрольные испытания (тестирование); экспертное оценивание; опрос (анкетирование, интервьюирование); статистическая обработка данных эксперимента (ответ проиллюстрировать примерами научно-исследовательской работы в спортивных видах акробатики).Научно-исследовательская работа студентов. Выбор темы курсовой работы. Методика написания курсовой работы.

Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

Дополнительный модуль			
п. №	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат по теме: «Конструирование и проведение комплексов ОРУ с элементами акробатики».	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат «Физическая подготовка в спортивных видах акробатики»	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат «Техника и обучение упражнений в спортивных видах акробатики»	10
4	По расписанию преподавателя	Контрольная работа: «Спортивная тренировка в различных видах акробатики»	10
5	По расписанию преподавателя	Реферат «Судейство в спортивных видах акробатики»; Письменный отчёт: «Обоснования темы курсовой работы», «Введение (в рамках курсовой работы», «Литературный обзор», «Цель, методы и организация исследования», «Обоснование методики».	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Профессионально-спортивное совершенствование» (спортивные виды акробатики)
3 курс 5,6 семестры (на 20__/201__учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
5 семестр					
163	0,1	**Практическое занятие № 163** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр.		0,1	

		2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
164	0,1	**Практические занятия № 164-168** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Урок гимнастики и акробатики в общеобразовательной школе». «Модельное» проведение «уроков» по акробатике и гимнастике. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.) 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,2	2
165	0,1			0,3	
166	0,1			0,4	
167	0,1			0,5	
168	0,1			0,6	
169	0,2	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 169** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Урок гимнастики и акробатики в общеобразовательной школе». «Модельное» проведение «уроков» по акробатике и гимнастике. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.) 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.	**3/6**	6,8	

170	0,1	**Практические занятия № 170-175** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».		6,9	2
171	0,1			7,0	
172	0,1			7,1	
173	0,1			7,2	
174	0,1			7,3	
175	0,1			7,4	
176	0,1	**Практические занятия № 176-180** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 2. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений.		7,5	2
177	0,1			7,6	
178	0,1			7,7	
179	0,1			7,8	
180	0,1			7,9	
181	0,3	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 181** Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.	**3/6**	14,2	
182	0,1	**Практические занятия № 182-186** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке.		14,3	2
183	0,1			14,4	
184	0,1			14,5	
185	0,1			14,6	
186	0,1			14,7	
187	0,3	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 187** Содержание занятий: 1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке.	**2/6**	21,0	
188	0,1	**Практические занятия № 188-189** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике		21,1	
189	0,1			21,2	

		и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 4. Составление показательных «вставных» акробатических номеров.			
190	0,3	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 190** Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики.	**3/6**	27,5	
191	0,1	**Практические занятия № 191-192** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		27,6	
192	0,1			27,7	
193	0,1	**Практическое занятие № 193** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		27,8	
194	0,3	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 194** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.	**3/6**	34,1	
6 семестр					
195	0,1	**Практическое занятие № 195** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,2	
196	0,1	**Практические занятия № 196-205** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение		34,3	2
197	0,1			34,4	
198	0,1			34,5	
199	0,1			34,6	
200	0,1			34,7	
201	0,1			34,8	
202	0,1			34,9	
203	0,1			35,0	
204	0,1			35,1	

205	0,1	фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и мини-композиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		35,2	
206	0,3	**ШЕСТОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 206** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и мини-композиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.	**3/6**	41,5	
207	0,1	**Практические занятия № 207-214** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».		41,6	2
208	0,1			41,7	
209	0,1			41,8	
210	0,1			41,9	
211	0,1			42,0	
212	0,1			42,1	
213	0,1			42,2	
214	0,1			42,3	
215	0,1	**Практические занятия № 215-224** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.		42,4	2
216	0,1			42,5	
217	0,1			42,6	
218	0,1			42,7	
219	0,1			42,8	
220	0,1			42,9	
221	0,1			43,0	
222	0,1			43,1	
223	0,1			43,2	

224	0,1	2. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений.		43,3	
225	0,3	**СЕДЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 225** 1. Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.	**3/6**	49,6	
226	0,1	**Практические занятия № 226-235**		49,7	2
227	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.**		49,8	
228	0,1			49,9	
229	0,1	Содержание занятий:		50,0	
230	0,1	1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике.		50,1	
231	0,1			50,2	
232	0,1	2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке.		50,3	
233	0,1			50,4	
234	0,1			50,5	
235	0,1			50,6	
236	0,3	**ВОСЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 236** 1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке.	**2/6**	56,9	
237	0,1	**Практические занятия № 237-238**		57,0	2
238	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номеров.		57,1	
239	0,3	**ДЕВЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 239** Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке.	**3/6**	63,4	
240	0,1	**Практические занятия № 240-241**		63,5	
241	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах**		63,6	

		акробатики. Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.			
242	0,1	**Практическое занятие № 242** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		63,7	
243	0,3	**ДЕСЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 243** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.	**3/6**	70,0	
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 5 и 6 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	Содержание контроля	Форма контроля
	5 семестр	
Первый текущий контроль	Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Урок гимнастики и акробатики в общеобразовательной школе». «Модельное» проведение «уроков» по акробатике и гимнастике. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.) 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «2», «3», «4» заданиям) Требования: - Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . - Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая

Второй текущий контроль	Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по указанному заданию) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Четвёртый текущий контроль	Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Пятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Теоретическая. Практическая.
6семестр		
Шестой текущий контроль	Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике».	Практическая

	2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «2», «3», «4» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Седьмой текущий контроль	1. Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Восьмой рубежный контроль	1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Девятый текущий контроль	Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Десятый текущий	1. Моделирование педагогических наблюдений.	Практическая

контроль	2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФП (по заданию преподавателя).	

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Анализ техники акробатических упражнений. Критерии (количественные, качественные и комплексные) спортивно-технического мастерства акробатов.
2. Кинематические (пространственные, временные и пространственно-временные) и динамические (силовые, инерционные и энергетические) характеристики техники акробатических упражнений.
3. Биомеханические закономерности техники балансирования при выполнении акробатических упражнений.
4. Функциональные обязанности акробатов, специализирующихся в группах, и их двигательная совместимость.
5. Биомеханические закономерности техники вращения при выполнении акробатических упражнений.
6. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатики).
7. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
8. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
9. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов-акробатов.
10. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов-акробатов.
11. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
14. Тренировочное занятие по акробатике.
14. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми дошкольного и младшего

школьного возраста.
15. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми среднего и старшего школьного возраста.
16. Методические и организационные основы обучения акробатическим упражнениям.
17. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.
18. Обучение акробатическим элементам, на основе разработки системы подготовительно-подводящих упражнений, подбора аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.
19. Причины возникновения ошибок при обучении акробатических упражнений. Управление процессом обучения акробатическим упражнениям.

20. Современные подходы к обучению в спортивной (парной и групповой) акробатике.
21. Структура и содержание музыкально-акробатической композиции в парно-групповой акробатике. Этапы создания и совершенствования музыкально-акробатической композиции в акробатической гимнастике. Основные проблемы составления и отработки соревновательных композиций.
22. Современные технологии обучения комбинациям «рекордной» сложности в различных прыжковых спортивных видах акробатики.
23. Особенности работы тренера в спортивных видах акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств). Профессионально-педагогическое мастерство тренеров, специализирующихся в разных спортивных видах акробатики.
24. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой.
25. Спортивно-тренажёрный комплекс и технические средства обучения в спортивных видах акробатики.
26. Характеристика этапов спортивной тренировки в различных спортивных видах акробатики.
27. Физическая и техническая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
28. Тактическая и психологическая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
29. Особенности организации и судейства в парно-групповых видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в парно-групповых спортивных видах акробатики.
30. Процедура судейства в прыжковых спортивных видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение» в парно-групповых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке.
31. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики.
32. Показательные выступления акробатов (структура, содержание, виды, средства).
33. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики.
34. Влияние изменений правил соревнований на содержание компонентов исполнительского мастерства спортсменов в различных видах спортивной акробатики.
Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
ОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Профессионально-спортивное совершенствование» (спортивные виды акробатики)
4 курс 7,8 семестры (на 20__20__ учебный год)

Базовый модуль					
№ заня-	Посеща емость		Количество	Накопительная	Количество

тия	(баллы)	Содержание занятий и виды контроля	баллов min (max)	«стоимость»/ балл	часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
		7 семестр			
244	0,1	**Практическое занятие № 244** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,1	
245	0,1	**Практические занятия № 245-249** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,2	2
246	0,1			0,3	
247	0,1			0,4	
248	0,1			0,5	
249	0,1			0,6	
250	0,2	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 250** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение	**3/6**	6,8	

		фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
251	0,1	**Практические занятия № 251-256** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: Использование средств спортивно-тренажёрного комплекса (снарядов, тренажёров, инвентаря, страховочных систем и др.) в процессе развитии физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».		6,9	2
252	0,1			7,0	
253	0,1			7,1	
254	0,1			7,2	
255	0,1			7,3	
256	0,1			7,4	
257	0,1	**Практические занятия № 257-261** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Функциональные, технико-эстетические, хореографические и артистические, тактические и психологические показатели исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. 3. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики. 4. Режиссура массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.		7,5	2
258	0,1			7,6	
269	0,1			7,7	
260	0,1			7,8	
261	0,1			7,9	
262	0,3	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 262** 1. Использование средств спортивно-тренажёрного комплекса (снарядов, тренажёров, инвентаря, страховочных систем и др.) в процессе развитии физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений.	**3/6**	14,2	
263	0,1	**Практические занятия № 263-267** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из ак-		14,3	2
264	0,1			14,4	
265	0,1			14,5	
266	0,1			14,6	
267	0,1			14,7	

		робатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Режиссуры массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.			
268	0,3	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 268** Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».	**2/6**	21,0	
269	0,1	**Практические занятия № 269-270**		21,1	
270	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики. Технологии управления подготовленностью спортсменов-акробатов посредством тренажёрного комплекса. 2. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики (или судейство городских соревнований по спортивным и оздоровительным видам акробатики). 3. Подготовка номеров показательных выступлений.		3,2	
271	0,3	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 271** Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики.	**3/6**	27,5	
272	0,1	**Практические занятия № 272-273**		27,6	
273	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.		27,7	
274	0,1	**Практическое занятие № 274** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		27,8	
275	0,3	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 275** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.	**3/6**	34,1	

		4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики.			
8 семестр					
276	0,1	**Практическое занятие № 276** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,2	
277	0,1	**Практические занятия № 277-286** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		34,3	2
278	0,1			34,4	
279	0,1			34,5	
280	0,1			34,6	
281	0,1			34,7	
282	0,1			34,8	
283	0,1			34,9	
284	0,1			35,0	
285	0,1			35,1	
286	0,1			35,2	
287	0,3	**ШЕСТОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 287** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях.	**3/6**	41,5	

		4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
288	0,1	**Практические занятия № 288-295** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятий: 1. Управление (базовой) физической подготовкой в спортивных видах акробатики. 2. Методика коррекции телосложения с помощью гимнастических и акробатических упражнений.		41,6	2
289	0,1			41,7	
290	0,1			41,8	
291	0,1			14,9	
292	0,1			42,0	
293	0,1			42,1	
294	0,1			42,2	
295	0,1			42,3	
296	0,1	**Практические занятия № 296-305** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятий: 1. Функциональные, технико-эстетические, хореографические и артистические, тактические и психологические показатели исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. 3. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики. 4. Режиссура массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.		42,4	2
297	0,1			24,5	
298	0,1			42,6	
299	0,1			42,7	
300	0,1			42,8	
301	0,1			42,9	
302	0,1			43,0	
303	0,1			43,1	
304	0,1			43,2	
305	0,1			43,3	
306	0,3	**СЕДЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 306** 1. Управление (базовой) физической подготовкой в спортивных видах акробатики. 2. Методика коррекции телосложения с помощью гимнастических и акробатических упражнений. 3. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений.	**3/6**	49,6	
307	0,1	**Практические занятия № 307-316** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Режиссуры массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастиче-		49,7	2
308	0,1			49,8	
309	0,1			49,9	
310	0,1			50,0	
311	0,1			50,1	
312	0,1			50,2	
313	0,1			50,3	
314	0,1			50,4	
315	0,1			8,5	
316	0,1			50,6	

		ских упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.			
317	0,3	**ВОСЬМОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 317** Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».	**2/6**	56,9	
318	0,1	**Практические занятия № 318-319**		57,0	2
319	0,1	**Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятий: 1. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики. Технологии управления подготовленностью спортсменов-акробатов посредством тренажёрного комплекса. 2. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики (или судейство городских соревнований по спортивным и оздоровительным видам акробатики). 3. Подготовка номеров показательных выступлений.		57,1	
320	0,3	**ДЕВЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 320** Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке.	**3/6**	63,4	
321	0,1	**Практические занятия № 321-323**		63,5	
322	0,1	**Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятий: Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		63,6	
323	0,1	**Практическое занятие № 323** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		63,7	
324	0,3	**ДЕСЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 324** 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализа-	**3/6**	70,0	

		ции «Спортивные виды акробатики.			
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 7 и 8 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	Содержание контроля	Форма контроля
	7 семестр	
Первый текущий контроль	Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «2», «3», «4» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	1. Использование средств спортивно-тренажёрного комплекса (снарядов, тренажёров, инвентаря, страховочных систем и др.) в процессе развитии физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по указанному зада-	Практическая

	нию). Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Четвёртый текущий контроль	Судейский «тренаж»: анализ соревновательных комбинаций и композиций в спортивных видах акробатики. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Пятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать . -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	Теоретическая. Практическая.
8 семестр		
Шестой текущий контроль	**Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «2», «3», «4» заданиям)	Практическая

	Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Седьмой текущий контроль	1. Управление (базовой) физической подготовкой в спортивных видах акробатики. 2. Методика коррекции телосложения с помощью гимнастических и акробатических упражнений. 3. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Восьмой рубежный контроль	Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по указанному заданию) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая
Девятый текущий контроль	Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	Практическая
Десятый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Сдача нормативов по общей и специальной физической и технической	Практическая

	подготовленности студентов, обучающихся на специализации «Спортивные виды акробатики. Сдача нормативов по ОСФТП (по заданию преподавателя).	

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (экзамен). Вопросы:

1. Анализ техники акробатических упражнений. Критерии (количественные, качественные и комплексные) спортивно-технического мастерства акробатов.
2. Кинематические (пространственные, временные и пространственно-временные) и динамические (силовые, инерционные и энергетические) характеристики техники акробатических упражнений.
3. Биомеханические закономерности техники балансирования при выполнении акробатических упражнений.
4. Функциональные обязанности акробатов, специализирующихся в группах, и их двигательная совместимость.
5. Биомеханические закономерности техники вращения при выполнении акробатических упражнений.
6. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатики).
7. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
8. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
9. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов-акробатов.
10. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов-акробатов.
11. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
14. Тренировочное занятие по акробатике.
14. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми среднего и старшего школьного возраста.
16. Методические и организационные основы обучения акробатическим упражнениям.
17. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.
18. Обучение акробатическим элементам, на основе разработки системы подготовительно-подводящих упражнений, подбора аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.
19. Причины возникновения ошибок при обучении акробатических упражнений. Управление процессом обучения акробатическим упражнениям.

20. Современные подходы к обучению в спортивной (парной и групповой) акробатике.
21. Структура и содержание музыкально-акробатической композиции в парно-групповой акробатике. Этапы создания и совершенствования музыкально-акробатической композиции в акробатической гимнастике. Основные проблемы составления и отработки соревновательных композиций.

22. Современные технологии обучения комбинациям «рекордной» сложности в различных прыжковых спортивных видах акробатики.
23. Особенности работы тренера в спортивных видах акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств). Профессионально-педагогическое мастерство тренеров, специализирующихся в разных спортивных видах акробатики.
24. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой.
25. Спортивно-тренажёрный комплекс и технические средства обучения в спортивных видах акробатики.
26. Характеристика этапов спортивной тренировки в различных спортивных видах акробатики.
27. Физическая и техническая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
28. Тактическая и психологическая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
29. Особенности организации и судейства в парно-групповых видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в парно-групповых спортивных видах акробатики.
30. Процедура судейства в прыжковых спортивных видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение» в парно-групповых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке.
31. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики.
32. Показательные выступления акробатов (структура, содержание, виды, средства).
33. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики.
34. Влияние изменений правил соревнований на содержание компонентов исполнительского мастерства спортсменов в различных видах спортивной акробатики.
Экзамен предполагает предварительную письменную подготовку и устный ответ.

1.2. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ И СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ И ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ (ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Физическая подготовка» (спортивные виды акробатики)
1 курс 1,2 семестры (на 20__/20__ учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1 семестр					
1	0,4	**Практическое занятие № 1** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных**		0,4	14

		видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями. Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 6. Хореографическая подготовка. 7. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
2	0,4	**Практическое занятие № 2** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятия: Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа.		0,8	10
3	0,4	**Практическое занятие № 3** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.		1,2	14
4	0,4	**Практическое занятие № 4** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах акробатики. Интегральной подготовки в различных спортивных видах акробатики. 2. Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо		1,6	14

		техническую подготовку.			
5	0,4	**Практическое занятие № 5** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.		2,0	10
2 семестр					
6	0,4	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 6** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 6. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 7. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.	**3/7**	9,4	14
7	0,4	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 7** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятия: Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа.	**3/7**	16,8	10
8	0,4	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ**	**2/8**	25,2	14

		Практическое занятие № 8 **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.			
9	0,4	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 9** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах акробатики. Интегральной подготовки в различных спортивных видах акробатики. 2. Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку.	**2/7**	32,6	14
10	0,4	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 10** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	**3/7**	40,0	10
Контрольная работа			**15/30**	70	
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 1 и 2 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	**Содержание контроля**	**Форма контроля**
1-2 семестры		
Первый	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, приклад-	Практи-

текущий контроль	ными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2»заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	ческая
Второй текущий контроль	Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по указанному заданию) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	1. Методические подходы и методики обучения, используемые в различных спортивных видах акробатики. Проведение фрагмента обучающего занятия, направленного на освоение индивидуальных, парных и групповых упражнений в рамках «Малой» акробатики. 2. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 3. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Четвёртый текущий контроль	1. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов, специализирующихся в различных видах акробатики. Интегральной подготовки в различных спортивных видах акробатики. 2. Проведение фрагментов различного типа тренировочных занятий в парных, групповых и прыжковых спортивных видах акробатики, направленных преимущественно либо на физическую, либо техническую подготовку. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Пятый текущий контроль	1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	Практическая

	Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

Темы:

1. Место спортивных видов акробатики в отечественной системе физического воспитания.
2. Характеристика оздоровительного, образовательно-развивающего и прикладного направлений в акробатике.
3. Характеристика, классификация упражнений спортивных видов акробатики.
4. Характеристика и классификация упражнений на снарядах и с предметами. Методика проведения и организации снарядовой и предметной гимнастики.
5. Характеристика гимнастических стилизованных танцев.
6. Средства музыкальной выразительности и хореографии (музыкальная грамота, хореографические упражнения, разновидности шагов).
7. Акробатические упражнения и их классификации.
8. Средства общей физической подготовки.
9. Средства специальной физической подготовки. Сенситивные периоды развития физических качеств.
10. Понятие «сила». Методы и средства развития силы у акробатов.
11. Понятие «быстрота». Методы и средства развития быстроты у акробатов.
12. Понятие «скоростно-силовые способности». Методы и средства развития скоростно-силовых способностей у акробатов.
13. Понятие «выносливости». Методы и средства развития выносливости у акробатов.
14. Понятие «двигательно-координационные способности». Методы и средства развития двигательно-координационные способности у акробатов.
15. Понятия «гибкость» и «способность к рациональному мышечному расслаблению». Методы и средства развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у акробатов.
16. Терминология спортивных видов акробатики.

Критерии оценивания контрольной работы: «Написание и оформление», «Доклад», «Презентация».

ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

«Физическая подготовка» (спортивные виды акробатики)

2 курс 3,4 семестры (на 2015/2016 учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контро-

					ля
		3 семестр			
11	0,5	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 11** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 6. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 7. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по оздоровительной и спортивной аэробике. 8. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.	**5/11**	11,5	14
12	0,5	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 12** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 3. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 4. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 5. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.	**4/11**	23,0	12 14

13	0,5	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 13** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам акробатики. 4. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 5. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 6. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 7. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	**5/11**	34,5	14 12
		4 семестр			
14	0,5	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 14** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 6. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 7. Моделирование проведения занятий акробатикой в фитнес-индустрии и различных реабилитационных и рекреационных оздоровительных системах.	**5/11**	46,0	14

		8. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по художественной и эстетической гимнастике. 9. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
15	0,5	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 15** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 3. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 4. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 5. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям.	**4/11**	57,5	12 14
16	0,5	**ШЕСТОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 16** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам акробатики. 5. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 6. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 7. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке.	**5/12**	70	14 12

		8. Составление показательных «вставных» акробатических номером.			
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 3 и 4 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	Содержание контроля	Форма контроля
	3 семестр	
Первый текущий контроль	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по оздоровительной и спортивной аэробике. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 3. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 4. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 5. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам	Практическая

	акробатики. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут. 4. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 5. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 6. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 7. Составление показательных «вставных» акробатических номером. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос.	
4 семестр		
Четвёртый текущий контроль	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование «разминки» в движении на основе использования разнообразных гимнастических и акробатических упражнений. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 3. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 4. Моделирование проведения занятий акробатикой в фитнес-индустрии и различных реабилитационных и рекреационных оздоровительных системах. 5. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по художественной и эстетической гимнастике. 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Пятый текущий контроль	1. Особенности проведения занятий по ОСФП в парных, групповых и прыжковых видах акробатики на начальном и специализированном этапах подготовки. 2. Моделирование проведения фрагментов занятий по ОСФП в различных видах акробатики (парной, групповой и прыжковой) на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства. 3. Моделирование обучающих занятий акробатическим элементам, направленных на разработку системы подготовительно-подводящих упражнений и подбор аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.	Практическая

	4. Формирование навыков анализировать технику исполнения акробатических упражнений на основе знаний по биомеханики, анатомии, физиологии и психологии. 5. Основные правила и приёмы страховки и самостраховки в процессе обучения акробатическим упражнениям. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Шестой текущий контроль	1. Особенности формирования навыков контроля и самоконтроля в различных спортивных видах акробатики. Спортивный этикет. 2. Управление тактической и психологической подготовкой акробатов различных специализаций и «амплуа». Формирования умений и навыков достижения спортсменами-акробатами «психической устойчивости», «психологического настроя». 3. Проведение фрагментов тренировочного занятия по различным спортивным видам акробатики. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут. 4. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 5. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 6. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой»(критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 7. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Характеристика техники акробатических упражнений (определение; основы и детали; части; перспективы).Особенности тренировки координационных способностей у спортсменов-акробатов.
2. Особенности тренировки гибкости и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
3. Особенности тренировки силовых способностей у спортсменов-акробатов.

4. Особенности тренировки скоростно-силовых способностей и быстроты у спортсменов спортивных видов акробатики.
5. Особенности тренировки быстроты у спортсменов спортивных видов акробатики.
6. Особенности тренировки общей и специальной выносливости у спортсменов спортивных видов акробатики.
7. Структура и содержание спортивной подготовки спортсменов спортивных видов акробатики. Соревнования и тренировка как основные формы деятельности спортсменов.
8. Основы спортивно-технического мастерства спортсменов спортивных видов акробатики «что» и «как» делает спортсмен.
9. Техника акробатических упражнений (определение, виды, структура, перспективы развития).Кинематические и динамические характеристики техники выполнения акробатических упражнений.
10. Критерии (количественные и качественные) спортивно-технического мастерства спортсменов-акробатов.
11. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из спортивных видов акробатики).Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
13. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов акробатов.
14. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов акробатов.
15. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов акробатов.
16. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов акробатов.
17. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов акробатов.
18. Особенности проведения занятий по спортивным видам акробатики с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
19. Особенности проведения занятий по спортивным видам акробатики с детьми среднего и старшего школьного возраста.
20. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.Особенности работы тренера в спортивным видам акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств).
21. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой. Музыкально-акробатическая композиция в парно-групповой спортивной акробатике (структура содержание, методика составления, основные проблемы).Основы судейства в спортивных видах акробатики.
22. Выставление оценки за компонент «Артистичность».
23. Выставление оценки за компонент «Сложность».Выставление оценки за компонент «Исполнение».Характеристика соревнований.
24. Основные документы для проведения соревнований. Правила составления программы соревнований.
25. Особенности организации и процедуры судейства в «прыжковых» и «парно-групповых» спортивных видов акробатики.
26. Характеристика циклов спортивной тренировки.
27. Микроцикл тренировки. Типы и средства.
28. Вспомогательные средства в обучении акробатическим элементам – батут.Мезоцикл тренировки. Типы и средства.

29. Макроцикл тренировки. Типы и средства.
30. Направление научных исследований в спортивных видах акробатики. Этапы научного исследования (показать на примере изучения актуальных вопросов проведения и организации учебно-тренировочного и соревновательного процессов в спортивных видах акробатики). Связь теории и практики.
31. Методы исследования: обобщение данных специальной и научно-методической литературы, а также анализ документальных и архивных материалов; педагогическое наблюдение; педагогический эксперимент (ответ проиллюстрировать примерами научно-исследовательской работы в спортивных видах акробатики).
32. Методы исследования: контрольные испытания (тестирование); экспертное оценивание; опрос (анкетирование, интервьюирование); статистическая обработка данных эксперимента (ответ проиллюстрировать примерами научно-исследовательской работы в спортивных видах акробатики).Научно-исследовательская работа студентов. Выбор темы курсовой работы. Методика написания курсовой работы.

Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

«Физическая подготовка» (спортивные виды акробатики)

3 курс 5,6 семестры (на 20__20__учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
5 семестр					
17	0,5	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 17** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика:	**4/10**	10,5	14

		моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 6. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 7. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.) 8. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
18	0,5	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 18** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 3. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений.	**3/9**	20,0	10 16
		Контрольная работа	**15/30**	50,0	
6 семестр					
19	0,5	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 19** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 5. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике.	**3/10**	60,5	16 10 14

		6. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. 7. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 8. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 9. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики. 10. Составление показательных «вставных» акробатических номером.			
20	0,5	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 20** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.	**3/9**	70	2
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 5 и 6 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНРОЛЕЙ

Вид контроля	**Содержание контроля**	**Форма контроля**
	5 семестр	
Первый текущий контроль	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Оздоровительно-развивающая и прикладная акробатика: моделирование занятий (на основе разнообразных средств, к примеру, из черлидинга, паркура, воркаута и др.). 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Выполнение танцевально-хореографических комбинаций и миникомпозиций по различным танцевальным направлениям (к примеру, из акробатического рок-н-ролла, народных, современных танцев и др.) 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4» заданиям) Требования: - Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. - Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	1. Методики развития физических способностей у акробатов различных специализаций и «амплуа». Моделирование фрагментов тренировочных занятий, направленных на развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амп-	Практическая

	луа». 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 3. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

Темы:

1. Место спортивных видов акробатики в отечественной системе физического воспитания.
2. Характеристика оздоровительного, образовательно-развивающего и прикладного направлений в акробатике.
3. Характеристика, классификация упражнений спортивных видов акробатики.
4. Характеристика и классификация упражнений на снарядах и с предметами. Методика проведения и организации снарядовой и предметной гимнастики.
5. Характеристика гимнастических стилизованных танцев.
6. Средства музыкальной выразительности и хореографии (музыкальная грамота, хореографические упражнения, разновидности шагов).
7. Акробатические упражнения и их классификации.
8. Средства общей физической подготовки.
9. Средства специальной физической подготовки. Сенситивные периоды развития физических качеств.
10. Понятие «сила». Методы и средства развития силы у акробатов.
11. Понятие «быстрота». Методы и средства развития быстроты у акробатов.
12. Понятие «скоростно-силовые способности». Методы и средства развития скоростно-силовых способностей у акробатов.
13. Понятие «выносливости». Методы и средства развития выносливости у акробатов.
14. Понятие «двигательно-координационные способности». Методы и средства развития двигательно-координационные способности у акробатов.
15. Понятия «гибкость» и «способность к рациональному мышечному расслаблению». Методы и средства развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у акробатов.
16. Терминология спортивных видов акробатики.

	6 семестр	
Третий текущий контроль	1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут. 3. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление	Практическая

	«Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 4 Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 5. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой»(критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 6. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	
Четвёртый текущий контроль	Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Анализ техники акробатических упражнений. Критерии (количественные, качественные и комплексные) спортивно-технического мастерства акробатов.
2. Кинематические (пространственные, временные и пространственно-временные) и динамические (силовые, инерционные и энергетические) характеристики техники акробатических упражнений.
3. Биомеханические закономерности техники балансирования при выполнении акробатических упражнений.
4. Функциональные обязанности акробатов, специализирующихся в группах, и их двигательная совместимость.
5. Биомеханические закономерности техники вращения при выполнении акробатических упражнений.
6. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатики).
7. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
8. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
9. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов-акробатов.
10. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов-акробатов.
11. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к ра-

циональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
14. Тренировочное занятие по акробатике.
14. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми среднего и старшего школьного возраста.
16. Методические и организационные основы обучения акробатическим упражнениям.
17. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.
18. Обучение акробатическим элементам, на основе разработки системы подготовительно-подводящих упражнений, подбора аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.
19. Причины возникновения ошибок при обучении акробатических упражнений. Управление процессом обучения акробатическим упражнениям.
20. Современные подходы к обучению в спортивной (парной и групповой) акробатике.
21. Структура и содержание музыкально-акробатической композиции в парно-групповой акробатике. Этапы создания и совершенствования музыкально-акробатической композиции в акробатической гимнастике. Основные проблемы составления и отработки соревновательных композиций.
22. Современные технологии обучения комбинациям «рекордной» сложности в различных прыжковых спортивных видах акробатики.
23. Особенности работы тренера в спортивных видах акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств). Профессионально-педагогическое мастерство тренеров, специализирующихся в разных спортивных видах акробатики.
24. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой.
25. Спортивно-тренажёрный комплекс и технические средства обучения в спортивных видах акробатики.
26. Характеристика этапов спортивной тренировки в различных спортивных видах акробатики.
27. Физическая и техническая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
28. Тактическая и психологическая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
29. Особенности организации и судейства в парно-групповых видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в парно-групповых спортивных видах акробатики.
30. Процедура судейства в прыжковых спортивных видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение» в парно-групповых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке.
31. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики.
32. Показательные выступления акробатов (структура, содержание, виды, средства).
33. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики.
34. Влияние изменений правил соревнований на содержание компонентов исполнительского мастерства спортсменов в различных видах спортивной акробатики.
Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

«Физическая подготовка» (спортивные виды акробатики)

4 курс 7,8 семестры (на 20__/20__ учебный год)

Базовый модуль					
№	Посеща		Количе-	Накопи-	Количе-

заня-тия	емость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	ство баллов min (max)	тельная «стои-мость»/ балл	ство часов само-стоя-тельной работы на под-готовку к видам контро-ля
		7 семестр			
21	0,4	**Практическое занятие № 21** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 6. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 7. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 8. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.		0,4	22
22	0,4	**Практическое занятие № 22** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятия: Использование средств спортивно-тренажёрного комплекса (снарядов, тренажёров, инвентаря, страховочных систем и др.) в процессе развитии физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».		0,8	14
23	0,4	**Практическое занятие № 23** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Функциональные, технико-эстетические, хореографические и артистические, тактические и психологические показатели испол-		1,2	22

		нительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. 3. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики. 4. Режиссура массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.			
24	0,4	**Практическое занятие № 24** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Режиссуры массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.		1,4	22
25	0,4	**Практическое занятие № 25** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Особенности судейства, организации и проведения соревнований в парных и групповых видах спортивной акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в спортивной акробатике. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» (спортивная акробатика). 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.		2,0	14
26	0,5	**Практическое занятие № 26** **Научно-исследовательская работа студентов** Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.		2,5	2
		Контрольная работа	**15/30**	32,5	
8 семестр					
27	0,5	**ПЕРВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 27** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.**	**3/7**	40,0	14

		Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 6. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 7. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 8. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
28	0,5	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 28** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** Содержание занятия: 1. Управление (базовой) физической подготовкой в спортивных видах акробатики. 2. Методика коррекции телосложения с помощью гимнастических и акробатических упражнений.	**3/7**	47,5	10
29	0,5	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 29** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Функциональные, технико-эстетические, хореографические и артистические, тактические и психологические показатели исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. 3. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики. 4. Режиссура массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.	**2/7**	55,0	14
30	0,5	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 30** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах**	**3/7**	62,5	14

		акробатики. Содержание занятия: 1. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Режиссуры массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.			
31	0,5	**ПЯТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 31** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	**2/7**	70,0	8
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.			**22/30**	100	2
Итоговая сумма баллов за 7 и 8 семестры			**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ

Вид контроля	**Содержание контроля**	**Форма контроля**
	7 семестр	
	КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА Темы: 1. Место спортивных видов акробатики в отечественной системе физического воспитания. 2. Характеристика оздоровительного, образовательно-развивающего и прикладного направлений в акробатике. 3. Характеристика, классификация упражнений спортивных видов акробатики. 4. Характеристика и классификация упражнений на снарядах и с предметами. Методика проведения и организации снарядовой и предметной гимнастики. 5. Характеристика гимнастических стилизованных танцев. 6. Средства музыкальной выразительности и хореографии (музыкальная грамота, хореографические упражнения, разновидности шагов). 7. Акробатические упражнения и их классификации. 8. Средства общей физической подготовки.	

9. Средства специальной физической подготовки. Сенситивные периоды развития физических качеств. 10. Понятие «сила». Методы и средства развития силы у акробатов. 11. Понятие «быстрота». Методы и средства развития быстроты у акробатов. 12. Понятие «скоростно-силовые способности». Методы и средства развития скоростно-силовых способностей у акробатов. 13. Понятие «выносливости». Методы и средства развития выносливости у акробатов. 14. Понятие «двигательно-координационные способности». Методы и средства развития двигательно-координационные способности у акробатов. 15. Понятия «гибкость» и «способность к рациональному мышечному расслаблению». Методы и средства развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у акробатов. 16. Терминология спортивных видов акробатики.		
8 семестр		
Первый текущий контроль	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	1. Управление (базовой) физической подготовкой в спортивных видах акробатики. 2. Методика коррекции телосложения с помощью гимнастических и акробатических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	1. Функциональные, технико-эстетические, хореографические и артистические, тактические и психологические показатели исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений. 3. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики. 4. Режиссура массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения.	Практическая

	Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	
Четвёртый текущий контроль	1. Моделирование обучающих занятий в спортивной акробатике, прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Конструирование связок, комбинаций и композиций из акробатических и других гимнастических упражнений, на основе учёта функциональных, технико-эстетических, хореографических и артистических, тактических и психологических и других показателей исполнительского мастерства акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа». 2. Режиссуры массовых художественных представлений и спортивных праздников с применением акробатических и других гимнастических упражнений в аспекте организации, проведения и обучения. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Пятый текущий контроль	1. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 2. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 3. Судейский «тренаж» в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой» (критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 4. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Анализ техники акробатических упражнений. Критерии (количественные, качественные и комплексные) спортивно-технического мастерства акробатов.
2. Кинематические (пространственные, временные и пространственно-временные) и динамические (силовые, инерционные и энергетические) характеристики техники акробатических упражнений.
3. Биомеханические закономерности техники балансирования при выполнении акробатических упражнений.
4. Функциональные обязанности акробатов, специализирующихся в группах, и их двигательная совместимость.

5. Биомеханические закономерности техники вращения при выполнении акробатических упражнений.
6. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатики).
7. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
8. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
9. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов-акробатов.
10. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов-акробатов.
11. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
14. Тренировочное занятие по акробатике.
14. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми среднего и старшего школьного возраста.
16. Методические и организационные основы обучения акробатическим упражнениям.
17. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.
18. Обучение акробатическим элементам, на основе разработки системы подготовительно-подводящих упражнений, подбора аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.
19. Причины возникновения ошибок при обучении акробатических упражнений. Управление процессом обучения акробатическим упражнениям.

20. Современные подходы к обучению в спортивной (парной и групповой) акробатике.
21. Структура и содержание музыкально-акробатической композиции в парно-групповой акробатике. Этапы создания и совершенствования музыкально-акробатической композиции в акробатической гимнастике. Основные проблемы составления и отработки соревновательных композиций.
22. Современные технологии обучения комбинациям «рекордной» сложности в различных прыжковых спортивных видах акробатики.
23. Особенности работы тренера в спортивных видах акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств). Профессионально-педагогическое мастерство тренеров, специализирующихся в разных спортивных видах акробатики.
24. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой.
25. Спортивно-тренажёрный комплекс и технические средства обучения в спортивных видах акробатики.
26. Характеристика этапов спортивной тренировки в различных спортивных видах акробатики.
27. Физическая и техническая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
28. Тактическая и психологическая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
29. Особенности организации и судейства в парно-групповых видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в парно-групповых спортивных видах акробатики.
30. Процедура судейства в прыжковых спортивных видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение» в парно-групповых спортивных видах акробатики. Прояв-

ление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке.
31. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики.
32. Показательные выступления акробатов (структура, содержание, виды, средства).
33. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики.
34. Влияние изменений правил соревнований на содержание компонентов исполнительского мастерства спортсменов в различных видах спортивной акробатики.
Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
«Физическая подготовка» (спортивные виды акробатики)
5 курс 9 семестр (на 20__/20__ учебный год)

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость (баллы)	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов min (max)	Накопительная «стоимость»/ балл	Количество часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
		9 семестр			
32	0,5	**ПРЕВЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 32** **Введение в технологии спортивной тренировки в различных видах акробатики. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями.** Содержание занятия: 1. Ознакомление с планом работы на предстоящий семестр. 2. Психолого-педагогическое и профессиональное тестирование. 3. Инструктаж по введению дневника по самообразованию (в дневник по самообразованию, включены следующие разделы: «Профессиональный глоссарий», «Конспекты практических заданий», «Теоретические заметки по разным аспектам профессиональной деятельности», «Работа над ошибками» и др.). 4. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 5. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 6. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 7. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в про-	**3/17**	17,5	22

		цессе организации, проведения занятий). 8. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.			
33	0,5	**ВТОРОЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 33** **Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа».** **Основы техники и обучения акробатических упражнений.** Содержание занятия: 1. Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа. 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 3. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений.	**3/17**	35	14
34	0,5	**ТРЕТИЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 34** **Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики.** **Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики.** Содержание занятия: 1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. 3. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 4. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 5. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики. 10. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	**3/17**	52,5	24 14
	0,5	**ЧЕТВЁРТЫЙ ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ** **Практическое занятие № 35** **Научно-исследовательская работа студентов.** Содержание занятия: Содержание занятия: 1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов.	**4/17**	70,0	2
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за					

посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей.	**22/30**	100	
Итоговая сумма баллов за 9 семестр	**100**		

СОДЕРЖАНИЕ ТЕКУЩИХ, РУБЕЖНЫХ, ПРОМЕЖУТОЧНЫХ КОНТРОЛЕЙ

Вид контроля	**Содержание контроля**	**Форма контроля**
	9 семестр	
Первый текущий контроль	1. Овладение основными средствами гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладными, вольными упражнениями, прыжками (в том числе опорными), а также двигательными действиями из арсенала «снарядовой» и «предметной» гимнастики. Проведение фрагментов урока по «Основной гимнастике». 2. Моделирование занятий по различным направлениям оздоровительно-развивающей и прикладной акробатики. 3. Особенности организации и проведения занятий по акробатике с детьми и взрослыми различных возрастных категорий. Моделирование фрагментов занятий акробатикой в дошкольных, средних и высших образовательных учреждениях. 4. Педагогический «тренаж» (анализ деятельности тренера в процессе организации, проведения занятий). 5. Акробатическая и снарядовая гимнастическая подготовка. ОСФП. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Второй текущий контроль	1. Проведение модельных тренировочных занятий по развитию физических способностей (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных, подвижности в суставах, способности к рациональному мышечному расслаблению; а также формирование навыков осанки) у акробатов различных специализаций и амплуа. 2. Моделирование обучающих занятий индивидуальным, парным и групповым акробатическим элементам статического и динамического характера: разработка системы подготовительно-подводящих упражнений, основанная на подборе аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста. 3. Совершенствование умений и навыков страховки и самостраховки при выполнении акробатических упражнений. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая
Третий текущий контроль	1. Составление и совершенствование «авторских» музыкальных композиций в парной и групповой акробатике. 2. Составление и совершенствование «авторских» комбинаций по прыжкам на батуте, двойной минитрампе и акробатической дорожке. Задание: провести фрагменты занятий на 10 минут (по «1», «2», «3», «4», «5» заданиям) Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения каждого фрагмента – 10 минут.	Практическая

	3. Процедура судейства, организации и проведения соревнований в прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. Характеристика критериев судейства «Сложность», «Исполнение» в прыжковых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке. 4. Правила записи соревновательных программы в спортивной акробатике и прыжках на батуте, двойном минитрампе и акробатической дорожке. 5. Судейский «тренаж» по различным спортивным видам акробатики. Задание: по заданию преподавателя оценить два соревновательных упражнения из спортивных видов акробатики. Требования: -Наличие письменного «судейского отчёта «обязательно. - Оценить два упражнения (видеозапись): одной из спортивной акробатики, другое – из «прыжковой»(критерий оценки назначается преподавателем). -Время оценивания каждого упражнения не более 2 минут. После этого проводится устный и письменный опрос. 6. Составление показательных «вставных» акробатических номером.	
Четвёртый текущий контроль	1. Моделирование педагогических наблюдений. 2. Реализация метода «экспертных оценок» 3. Основы тестирования разных видов подготовленности акробатов. Задание: по заданию преподавателя проводится фрагмент «научного исследования», связанного с проведением педагогического эксперимента. Требования: -Наличие конспекта «обязательно. - Продемонстрировать умение тестировать. -Время проведения – 10 минут.	Практическая

УТВЕРЖДЕНО
На заседании КАФЕДРЫ №13 ОТ 10.06.2014

Р.Н. Терехина_____

Промежуточный контроль (зачёт). Вопросы:

1. Анализ техники акробатических упражнений. Критерии (количественные, качественные и комплексные) спортивно-технического мастерства акробатов.
2. Кинематические (пространственные, временные и пространственно-временные) и динамические (силовые, инерционные и энергетические) характеристики техники акробатических упражнений.
3. Биомеханические закономерности техники балансирования при выполнении акробатических упражнений.
4. Функциональные обязанности акробатов, специализирующихся в группах, и их двигательная совместимость.
5. Биомеханические закономерности техники вращения при выполнении акробатических упражнений.
6. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатики).
7. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
8. Теоретико-методические основы развития способности к равновесию у спортсменов-акробатов.
9. Теоретико-методические основы развития скоростных, скоростно-силовых и силовых способностей у спортсменов-акробатов.
10. Теоретико-методические основы развития выносливости у спортсменов-акробатов.

11. Теоретико-методические основы развития координационных способностей у спортсменов-акробатов.
12. Теоретико-методические основы развития подвижности в суставах и способности к рациональному мышечному расслаблению у спортсменов-акробатов.
14. Тренировочное занятие по акробатике.
14. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.
15. Особенности проведения занятий по акробатике с детьми среднего и старшего школьного возраста.
16. Методические и организационные основы обучения акробатическим упражнениям.
17. Современные подходы к обучению в парно-групповой акробатике.
18. Обучение акробатическим элементам, на основе разработки системы подготовительно-подводящих упражнений, подбора аутентичных средств, методов и методических и организационных приемов с учётом индивидуальной готовности гимнаста.
19. Причины возникновения ошибок при обучении акробатических упражнений. Управление процессом обучения акробатическим упражнениям.

20. Современные подходы к обучению в спортивной (парной и групповой) акробатике.
21. Структура и содержание музыкально-акробатической композиции в парно-групповой акробатике. Этапы создания и совершенствования музыкально-акробатической композиции в акробатической гимнастике. Основные проблемы составления и отработки соревновательных композиций.
22. Современные технологии обучения комбинациям «рекордной» сложности в различных прыжковых спортивных видах акробатики.
23. Особенности работы тренера в спортивных видах акробатики (формирование специальных знаний, умений, навыков и развитие профессиональных качеств). Профессионально-педагогическое мастерство тренеров, специализирующихся в разных спортивных видах акробатики.
24. Физическая помощь и страховка как средство обучения и предупреждения травматизма на занятиях акробатикой.
25. Спортивно-тренажёрный комплекс и технические средства обучения в спортивных видах акробатики.
26. Характеристика этапов спортивной тренировки в различных спортивных видах акробатики.
27. Физическая и техническая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
28. Тактическая и психологическая подготовка в различных спортивных видах акробатики.
29. Особенности организации и судейства в парно-групповых видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение», «Артистичность» в парно-групповых спортивных видах акробатики.
30. Процедура судейства в прыжковых спортивных видах акробатики. Характеристика критериев «Сложность», «Исполнение» в парно-групповых спортивных видах акробатики. Проявление «Артистизма» у спортсменов батутистов и «прыгунов» на акробатической дорожке.
31. Технические средства, используемые на соревнованиях в различных спортивных видах акробатики.
32. Показательные выступления акробатов (структура, содержание, виды, средства).
33. Подходы к диагностике уровня спортивной подготовленности («готовности») спортсменов в различных видах акробатики.
34. Влияние изменений правил соревнований на содержание компонентов исполнительского мастерства спортсменов в различных видах спортивной акробатики.
Зачёт предполагает устный и письменный опрос.

2. НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕ-

СКОЙ ПОДГОТОВКИ

Нормативы по общей и специальной физической и технической подготовки (ОСФП), являющиеся неотъемлемой частью текущих контролей, указанных в технологической карте. Тестирование студентов по разделу «ОСФП» проводится в начале и в конце каждого семестра.

Схема сдаче студентами нормативов по ОСФТП устанавливается преподавателем, под руководством которого проводятся занятия по «Профессионально-спортивному совершенствованию».

Ниже в таблице указаны содержание нормативов по ОСФТП и оценка уровня подготовленности студентов.

НОРМАТИВЫ ПО ОСФТП

	Контрольные упражнения	Студенты	Уровни						
			Очень низкий	Низкий	Ниже среднего	Средний	Выше среднего	Высокий	Очень высокий
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Нормативы по ОСФП									
1	Сгибание-разгибание рук в упоре лёжа (кол-во циклов)	*Юноши*	менее 30	30	45	60	80	100	120 и более
		девушка	менее 20	20	35	40	50	70	80 и более
2	Фиксация упора лёжа на согнутых руках (сек)	*Юноши*	менее 20	20	40	60	80	100	120 и более
		девушка	менее 20	20	40	60	80	100	110 и более
3	Сгибание-разгибание рук в висе (кол-во циклов)	*Юноши*	менее 8	8	12	16	24	32	40и более
		девушка	менее 3	3	4	6	9	12	15и более
4	Фиксация виса на согнутых рука (сек)	*Юноши*	менее 20	20	40	60	80	100	120 и более
		девушка	менее 20	20	25	30	35	40	45 и более
5	Фиксация виса согнув ноги (сек)	*Юноши*	менее 20	20	40	60	80	100	120 и более
		девушка	менее 20	20	40	60	80	100	120 и более
6	Фиксация виса согнувшись (сек)	*Юноши*	менее 20	20	30	35	40	50	60и более
		девушка	менее 20	20	30	35	40	50	60и более
7	Поднимание (прямых) ног из виса в вис согнувшись (кол-во циклов)	*Юноши*	менее 4	4	8	12	16	20	24и более
		девушка	менее 4	4	8	12	16	20	24и более
8	Фиксация упора углом (сек)	*Юноши*	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
		девушка	менее 5	5	10	15	20	25	30и более
9	Повороты в упоре углом (кол-во поворотов на 360º)	*Юноши*	0	1	3	4	6	8	10и более
		девушка	0	1	3	4	6	8	10и более
10	Прыжок в длину с места (см)	*Юноши*	менее 230	230	240	250	255	260	265и более
		девушка	менее 200	200	205	210	215	220	225и более
11	Прыжок с максимальным поворотом вокруг продольной оси тела (градусы)	*Юноши*	менее 540	540	630	720	810	900	990и более
		девушка	менее 450	450	540	630	720	810	900и более
12	Лазанье по канату (два цикла подъём-спуск (сек): юноши поднимаются «на руках», девущки с помощью рук и ног.	*Юноши*	менее 40	40	36	34	32	28	24и более
		девушка	менее 49	49	44	42	40	36	32и более
13	Фиксация стойки на руках (сек)	*Юноши*	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
		девушка	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
14	«Маршировка» в стойке на руках (кол-во шагов руками)	*Юноши*	менее 20	20	40	60	80	100	120и более
		девушка	менее 20	20	30	40	50	60	70и более
15	Фиксация переднего горизонтального равновесия типа «Крокодил» на обеих руках	*Юноши*	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
		девушка	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
16	Фиксация переднего горизонтального равновесия типа «Крокодил» на правой руке	*Юноши*	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
		девушка	менее 10	10	15	20	25	30	35и более
17	Фиксация переднего горизонтального равновесия типа «Крокодил» на левой руке	*Юноши*	менее 5	5	10	15	20	25	30и более
		девушка	менее 5	5	10	15	20	25	30и более
18	Фиксация шпагатов (правой, левой и прямого)	*Юноши*	-	Шпагатов нет	-	Один шпагат	Два шпагата	Три шпагата	-
		девушка	-	Шпагатов нет	-	Шпагатов нет	Шпагатов нет	Шпагатов нет	-
19	«Медленные» перевороты (т.е. выполняемые через положение «Мост») вперёд и назад (оценивается качество исполнения по 10 балльной системе)	*Юноши*	Менее 5	5	6	7	8	9	10
		девушка	Менее 5	5	6	7	8	9	10
2. Снарядовая гимнастика программы «В». Юноши и девушки сдают комбинации на всех 10 снарядах (мужских и женских). Градация оценок на каждом гимнастичском снаряде представлена ниже:									

1	Градация оценок на каждом гимнастическом снаряде (в баллах)	*Юноши и девушки*	Менее 8,0	8,0	8,6	9,0	9,2	9,4	9,6 и более
Кроме того, дополнительно по этому разделу только для юношей ещё предусмотрено два контрольных упражнения:									
2	Круги на гимнастическом грибке (кол-во полных кругов)	*Юноши*	0	1	2	3	4	5	6 и более
3	Подъём силой на две из виса в упор на кольцах (кол-во полных кругов)	*Юноши*	0	1	2	3	4	5	6 и более
3. Прыжковые виды акробатики. По этому разделу студенты демонстрируют комбинации на батуте, акробатической дорожке, двойном минитрампе. Причём в рамках 3-го взрослого разряда по прыжкам на батуте необходимо выполнить одну комбинацию (обязательную), на акробатической дорожке и двойном минитрампе – две («гладкую» и «винтовую»). Градация оценок представлена ниже									
1	Градация оценок комбинаций по прыжкам на батуте, акробатической дорожке, двойном минитрампе	*Юноши и девушки*	Менее 8,0	8,0	8,6	9,0	9,2	9,4	9,6 и более

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ

Учебная практика целена на выполнение учебного задания, проводимого в рамках целого занятия или его фрагмента. Содержание учебных заданий соответствует темам, обозначенным в рабочей программе по дисциплине «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивные виды акробатики), а именно: «Введение в профессионально-спортивное совершенствование. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями», «Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа», «Основы техники и обучения акробатическим упражнениям». «Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики», «Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики», «Научно-исследовательская работа студентов».

Для реализации учебного (практического) задания необходимо наличие конспекта, оформленного в соответствии с общими требованиями к подобным письменным работам (см. п. «3»).

Учебное задание обычно проводится в форме деловой игры «Тренер и спортсмены» («Учитель – ученики»): в качестве «учителя» выступает либо один студент, либо бригада, состоящая из двух или трёх человек (в зависимости от количества «учеников» и поставленных педагогических задач).

В структурном отношении любое учебное задание должно включать три части: «подготовительную», «основную» и «заключительную». В подготовительной части учебного задания необходимо сообщить целевые положения (задачи, установки, инструкции и т.п.), постепенно подготовить (функционально, психологически) «учеников» к выполнению основных задач. В основной части задания необходимо, используя разнообразный организационно-методический инструментарий, решить поставленные задачи. В заключительной части важно обеспечить переход к следующему предполагаемому фрагменту (или части), снизив уровень физической нагрузки.

В качестве ориентира как для преподавателя (в оценке работы студента), так и для студента, демонстрирующего свою «педагогическую умелость» в рамках учебного задания может служить следующая схема «анализа занятия (или его фрагментов)», в которой отражены «оценочные» критерии.

АНАЛИЗ ПРОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТАМИ ЗАНЯТИЯ (ИЛИ ЕГО ФРАГМЕНТОВ)
Дата проведения: _____Ф.И. СТУДЕНТОВ, ПРОВОДЯЩИХ УРОК _____

Критерии оценки выполнения студентами практического задания	**Части урока**			**Общая сумма баллов**
	Подготовительная	**Основная**	**Заключительная**	
	ЗАЯВЛЕННОЕ ВРЕМЯ ОКОНЧАНИЯ ЧАСТИ УРОКА			

1. Степень реализации задач				
2. Соразмерность фрагментов, как в отдельных частях, так и в занятии в целом.				
МЕТОДИЧЕСКАЯ ГРАМОТНОСТЬ				
3. Разнообразие используемых средств (+0,5 за использование музыкального сопровождения)				
4. Сложность и доступность учебных контрольных заданий				
5. Наличие своевременных методических указаний при выполнении упражнений, действий, замечаний по соблюдению гимнастического стиля исполнения				
6. Демонстрация учебных заданий, используя адекватные методы, методические приёмы				
7. Степень эффективности системы подготовительно-подводящих упражнений (умение обучать, используя широкую палитру методов, методических приёмов; умение страховать)				
ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ГРАМОТНОСТЬ И СПОСОБНОСТЬ УПРАВЛЯТЬ ПРОЦЕССАМИ ОБУЧЕНИЯ, ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ				
8. Соблюдение норм техники безопасности				
9. Целесообразность и уместность использования методов организации, направленных на достижение необходимой моторной плотности занятия				
10. Степень целесообразности выбора позиции (учителем)				
ОЦЕНКА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА (УЧИТЕЛЯ)				
11. Педагогическая грамотность (педагогический такт, умение настроить подопечных на работу, использование различных методов стимуляции активности и творчества, приёмов поощрения и наказания)				
12. Лексика (речевые навыки, педагогический такт, умение доступно, лаконично и корректно объяснять суть упражнений, заданий, находить нужные слова для поощрения и наказания)				
13. Творчество (оригинальность упражнений, методических подходов, умение выходить из затруднительных ситуаций)				
14. БРИГАДНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ (если учебное задание проводит двое и более студентов)				
ОБЩАЯ СУММА БАЛЛОВ				
ИТОГОВАЯ СУММА БАЛЛОВ С УЧЁТОМ КРИТЕРИЯ «ВРЕМЯ» (За каждую «просроченную» или «недостающую» минуту – минус 0,6 балла из общей суммы баллов, полученной за часть урока)				
ОЦЕНКА (или оценка бригады)				

ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА

Ф.И студента, проводящего «учебное задание»	ОБЩАЯ ОЦЕНКА БРИГАДЫ (баллы, оценка)	Индивидуальная оценка: 4,0-3,5 – «отлично»; 3,4-3,0 – «хорошо»; 2,9-2,5 – «удовлетворительно»; 2,0 и меньше – «плохо (незачёт)	ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА
1.			
2.			
3.			

Для оценки текущих и рубежных контролей, связанных с выполнением практических заданий можно использовать следующие критерии:

- «Организация, управление, нагрузка»;
- «Методическая грамотность»;
- «Команды, речевые навыки, знание терминологии»;
- «Творчество, разнообразие и вариативность в использовании средств и методов».

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПОГОТОВКЕ И ОТЧЁТУ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ УЧЕБНЫХ ЗАДАНИЙ

Теоретическими формами учебных заданий являются «устный опрос», «доклад по заданию (преподавателя)», «судейский отчёт». В форме «теории» проводятся промежуточные контроли (зачёты и экзамены) и некоторые текущие. Содержание учебных теоретических заданий соответствует темам, обозначенным в рабочей программе по дисциплине «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивные виды акробатики), а именно: «Введение в профессионально-спортивное совершенствование. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями», «Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа», «Основы техники и обучения акробатическим упражнениям». «Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики», «Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики», «Научно-исследовательская работа студентов».

Устному опросу предшествует предварительная подготовка (конспект ответа). При оценке и подготовке к устным ответам необходимо ориентироваться на следующие критерии: «Уровень понимания материала», «Логичность, информативность», «Речевые навыки», «Умение приводить уместные примеры, поясняющие сказанное».

По похожей схеме проходит подготовка к «докладам». Однако к этой теоретической форме учебных заданий, помимо написания текста выступления, требуется «презентация», в которой отражены основные положения доклада. Выступление не должно превышать 5 минут. После выступления, студент должен ответить на вопросы «слушателей».

«Судейский тренаж» проходит или на основе видеозаписей соревновательных упражнений акробатов, или теоретического, методического и организационного «разбора» (анализа) судейства акробатических композиций и комбинаций на «модельных» учебных занятиях, или участия в качестве судьи или помощников судей на районных и городских соревнованиях по разным спортивным видам акробатики. Ориентиром для подготовки к «судейскому семинару» могут служить следующие критерии: «Уровень знания правил соревнований», «Уровень развития каузальных способностей», «Уровень знания биомеханических закономерностей техники упражнений», «Уровень знания элементов, входящих в структуру исполнительского мастерства акробатов», «Уровень умения оперативно фиксировать и оценивать ошибки, совершаемые спортсменами-акробатами». Организационные формы и содержание «судейского тренажа» определяются преподавателем: однако в итоге важно приближаться к тем временным нормативам, которые являются стандартными в условиях «реального судейства соревнований».

Промежуточный и некоторые текущие, рубежные контроль, проводимый в теоретической форме должны соответствовать требованиям, изложенным для «устных опросов».

В структурном отношении работа по любому теоретическому учебному заданию должна состоять из освещения таких положений, как «актуальность и значение», «определение», «виды и классификации», «методы и средства», «перспектива», проиллюстрированных примерами из практики акробатических видов спорта.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К ПИСЬМЕННЫМ РАБОТАМ

Теоретическими формами учебных заданий являются «письменный опрос», «письменный отчёт», «доклад», «конспект занятия (или его фрагмента)», «реферат», «контрольная работа», «курсовая работа», «квалификационная работа». Содержание письменных работ соответствует темам, обозначенным в рабочей программе по дисциплине «Профессионально-спортивное совершенствование (спортивные виды акробатики), а именно: «Введение в профессионально-спортивное совершенствование. Специфические аспекты организации и проведения занятий акробатическими упражнениями», «Развитие физических способностей у акробатов различных спортивных специализаций и «амплуа», «Основы техники и обучения акробатическим упражнениям». «Спортивная тренировка (подготовка) в различных видах акробатики», «Судейство, организация и проведение соревнований в спортивных видах акробатики», «Научно-исследовательская работа студентов».

Цель выполнения письменных работ сводится к формированию умения формулировать мысли с использование широкого арсенала средств профессионально-педагогической лексики, структурированию и интеграции знаний, полученных в университете при освоении учебных дисциплин, умению обосновывать и аргументировать реализуемые на практике подходы к обучению, воспитанию, развитию и тренировке спортсменов. Письменные работы должна быть выполнены самостоятельно. Текстовой материал необходимо сопровождать иллюстрациями (рисунками, схемами, графиками и т.п.)

Письменный опрос осуществляется в целях проверки знаний студентов по изучаемым темам и предшествует «устному опросу». Студент должен по заданной теме тезисно сформулировать положения, отражающие «актуальность и значение», «определение», «виды и классификации», «методы и средства», «перспектива», проиллюстрированных примерами из практики акробатических видов спорта. На письменный опрос необходимо уделять не более 15 минут. Бланки для опроса преподавателем могут быть произвольно выбраны преподавателем (т.е. форма «свободная»).

Письменный отчёт, как правило, связан с выполнением домашнего задания по заданной преподавателем теме и включает в себя следующие абзацы в виде «введения», «основную часть (посвященная обоснованию темы)», «заключение (или выводы)». Подобные работы оформляются либо в рабочей тетради, либо на листе формата А4 (шрифт 12; поля: верхнее – 2 см, нижнее – 2 см, правое – 1,5 см, левой – 3 см). В верхней части листа обязательно указываются, по мимо названия темы письменного отчёта, фамилия, имя студента, названия факультет, номер курса и группы. В обязательном порядке необходимо указать используемые литературу или интернет-источники.

Одной из форм письменного отчёта является «доклад», который содержательно может представлять собой обоснование как частных вопросов, так и исследовательских проектов (работ): но в любом случае включает «название темы», «актуальность, объект и предмет исследования (изучения)», гипотезу, цель, задачи, методы исследования, теоретическую и практическую значимость, обсуждение результатов исследования, выводы и практические рекомендации. Обязательным условием является наличие презентации, в которой указаны все основные положения, изложенные в докладе, а также иллюстрации (рисунки, таблицы), в которых отражены результаты исследования; текст и рисунки должны быть отчётливо видны.

«Конспект занятия (или его фрагмента)» обычно оформляется на листах формата А4 шрифт 12 или 14; поля: верхнее – 1,5 см, нижнее – 1,5 см, правое – 1,5 см, левой – 3 см; в исключительных случаях, по договорённости с преподавателем, - допустимо рукописно) и включать в себя: целевую часть (название темы конспекта, постановку общих задач, время и место проведения занятия, список используемого инвентаря и оборудования). Основная часть конспекта оформляется в виде таблицы, столбцы которой условно называются «частные задачи», «содержание» (средства), «время и дозировка», методические и организационные указания» (с поясняющими схемами и рисунками). Задачи необходимо формулировать в глагольной форме.

Реферат, контрольная работы включают в себя «титульный лист» (с названием вуза, фамилией, именем, отчеством студента, названием темы, педагогическим направлением, формой обучения, квалификацией, научным руководителем), «оглавлением» (с указанием всех структурных компонентов в работе), «введением» (включая, «актуальность, объект и предмет, гипотезу, теоретическую и практическую значимость, структуру и содержание работы), «литературный обзор», «цель, задачи, методы и организацию исследования», «результаты исследования и их обсуждение», «выводы», «практические рекомендации», «список литературы и интернет-источников» (не менее 20 источников в реферативных, контрольных и курсовых работах, и не менее 40 – в в квалификационных), «приложения».

Реферат обычно представляет собой литературный анализ какой-либо изучаемой темы и включает в себя «титульный лист», «анализ литературных и интернет-источников», «выводы» и «списка литературы». Контрольная работа, посвящена вопросам, связанным с различными аспектами изучения теории и методики спортивных видов акробатики обычно может быть теоретической, методической и даже экспериментальной.

Реферативные, контрольные работы оформляются на листах формата А4 (шрифт 14; поля: верхнее – 2 см, нижнее – 2 см, правое – 1,5 см, левой – 3 см) согласно со стандартами принятыми в НГУ имени П.Ф. Лесгафта. Объём рефератов и контрольных работ должен составлять 15-30 страниц компьютерного текста; несколько больший объём у курсовых и квалификационных работ – не менее 50 страниц (из них 1-2 страницы на введение, 10-15 страниц на «литературный обзор», а остальное на описание методик и организации исследования, обсуждение полученных данных, выводы и практические рекомендации; выводы должны соответствовать поставленным задачам, а практические рекомендации являются результатом обобщения предложенной методики или методического подхода).

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ к «МОДЕЛИРОВАНИЮ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ»

Учебные задания, связанные с моделированием «научных исследований», направлены на формирование у студентов различных «исследовательских» умений и навыков (к примеру, умение обобщать информацию по изучаемой теме, самостоятельно организовывать и проводить педагогический эксперимент, оформлять исследовательский проект, готовить доклад и презентацию и мн. др.). Задания студенты, как правило, формулируется преподавателем. Всё это, в конечном счёте, должно привести к умению организовывать и проводить исследовательско-поисковую работу в рамках написания контрольных, курсовых и квалификационных работ.

7. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

а) основная литература:

1.Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Луценко С.А., Михайлов А.В.— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2012.— 80 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/29967.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Митрохина В.В. Аэробика. Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Митрохина В.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Российский университет дружбы народов, 2010.— 136 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/11442.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

3. Сухолозова М.А. Основы теории и методики преподавания гимнастики [Электронный ресурс]: учебное посо-

бие для студентов отделения заочного обучения по направлению 050100 «Педагогическое образование», профиль подготовки бакалавров «Физическая культура»/ Сухолозова М.А., Бутакова Е.В.— Электрон. текстовые данные.— Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2012.— 147 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/21475.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

б) дополнительная литература:

1. Бальсевич, В.К. Онтокинезиология человека / В.К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физической культуры, 2000. – 275 с. : ил. – ISBN 5-93512-006-2.
2. Бегун, П.И. Биомеханика: Учебник для вузов / П.И. Бегун, Ю.А. Шукейло. – СПб.: Политехника, 2000. – 463 с.
3. Бернштейн, Н.А. Биомеханика и физиология движений : избранные психологические труды / Н.А. Бернштейн ; под ред. В.П. Зинченко. – 2-е изд. – М. : Изд-во Московского психолого-социального института ; Воронеж : Изд-во НПО «МОДЭК», 2004. – 688 с. – (Серия «Психологи России»). – ISBN 5-89502-506-4 (МПСИ) ; 5-89395-546-3 (НПО «МОДЭК»).
4. Биомеханика физических упражнений : учеб. пособие / Н.Б. Кичайкина, И.М. Козлов, Я.К. Коблев, А.В. Самсонова ; под ред. д-ра биол. наук, проф. И.М. Козлова. – Майкоп : Изд-во Адыгейского гос. ун-та, 2000. – 113 с. : ил. – ISBN 5-85108-071-X.
5. Венгерова, Н.Н.Средства классического экзерсиса на уроках хореографической подготовки в сложно-координационных видах спорта: Учебно-методическое пособие; 1 часть / Венгерова, Н.Н., Фёдорова О.С.. – СПб.: Изд-во СПб.ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2001. – 31 с.
6. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. Популярное учебное пособие. – М.: Тера-Спорт, 2002. – 512 с.
7. Гагин, Ю.А. Духовный акмеизм биомеханики / Ю.А. Гагин, С.В. Дмитриев ; Балт. Пед.акад. – СПб. : [б.и.], 2000. – 308 с. – ISBN 5-89357-020-0.
10. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта [Текст] / Г.Д. Горбунов. – 3-е изд. испр. – М. : Сов. спорт, 2007. – 296 с. : ил. – ISBN 978-5-9718-0248-8.
8. Губа, В.П. Морфобиомеханические исследования в спорте / В.П. Губа. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 120 с. – (Наука – спорту). – ISBN 5-8134-0026-5.
9. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 264 с. – – ISBN 5-7695-0571-0.
10. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология / Е.И. Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 464 с. – (Серия «Учебник нового века»). – ISBN 5-272-00237-7.
11. Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.И. Ильин. – СПб. : Питер, 2006. – 544 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии»). – ISBN 5-318-00459-8.
12. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – 512 с. : ил. – (Серия «Мастера психологии). – ISBN 5-272-00028-5.
13. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания : учеб. для ин-тов и фак. физ. культуры / Е.П. Ильин ; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. – 486 с. – ISBN 5-8064-0181-2.
14. Ильин, Е.П. Психомоторная организация человека : учеб. для вузов / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с. : ил. – (Серия «Учебник нового века»). – ISBN 5-94723-491-2.
15. Карпенко, Л.А. Компоненты спортивного и исполнительского мастерства в гимнастике / Л.А. Карпенко // Материалы науч.-практ. конф., посв. 100-летию со дня рождения Л.П. Орлова. Санкт-Петербург, 15-16 января 2002 г. / науч. ред. Ю.И. Наклонова, Е.Г. Поповой. – СПб., 2001. – С. 69-73.
16. Карпенко, Л.А. Многолетняя подготовка гимнасток разного возраста и её этапы / Л.А. Карпенко // Художественная гимнастика : учебник / под общ. ред. проф. Л.А. Карпенко. – М., 2003. – Ч. 2, гл. 9. – С. 201-213.
17. Карпенко, Л.А. Основы спортивной подготовки в художественной гимнастике : учеб. пособие / Л.А. Карпенко ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2000. – 36 с.
18. Катранов, А.Г. Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований: Учебно-методическое пособие / А.Г Катранов, А.В. Самсонова. – СПб.: СПб.ГАФК им. П.Ф. Лес-

гафта, 2004. – 132 с.
19. Комиссарова, Е.Н. Комплексная оценка индивидуально-типологических особенностей у детей периода первого детства : автореф. дис. … д-ра биол. наук / Комиссарова Е.Н. ; С.-Петерб. гос. педиатрич. мед. акад. М-ва здравоохранения Рос. Федерации. – СПб., 2002. – 32 с.
20. Корх, А.Я. Тренер: деятельность и личность. Учебное пособие / А.Я. Корх. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 120 с. – ISBN 5-93127-079-5.
21. Кречмер, Э. Строение тела и характер / Э. Кречмер ; пер. с 7-8 испр. и расшир. немецкого изд. Г.Я. Тартаковского. – М. : НО Научный Фонд «Первая Исследовательская Лаборатория имени академика В.А. Мельникова», 2000. – 208 с. : ил. – ISBN 5-901171-02-0.
22. Крючек, Е.С. Некоторые факты из истории спортивной аэробики / Е.С. Крючек., С.М. Лукина // Гимнастика. Сборник научных трудов. Выпуск 1. / СПб.ГАФК им. П.Ф. Лесгафта; под ред. Р.Н. Терёхиной, С.-М.А. Алекперова, Н.Н. Венгеровой. – СПб., 2003. – С. 45 – 60.
23. Кудашова, Л.Т.. Программа-задание по основной гимнастике для студентов вузов: Учебное пособие / Л.Т. Кудашова, Л.В Люйк. – СПб., СПб.ГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2000. – 42 с.
27. Лях, В. И. Двигательные способности школьников : основы теории и методики развития / В.И. Лях. – М. : Терра-Спорт, 2000. – 192 с. – ISBN 5-93127-074-4.
24. Медик, В.А. Статистика в медицине и биологии : руководство : в 2 т. Т. 1 : Теоретическая статистика / В.А. Медик, М.С. Токмачев, Б.Б. Фишман ; под ред. Ю.М. Комарова. – М. : Медицина, 2000. – 412 с. – ISBN 5-225-04630-4.
25. Менхин, Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – Ростов н / Д, Феникс, 2002. – 384 с.
26. Методические указания по учебной практике студентов базового и заочного факультета по дисциплине «Гимнастика» / Автор-составитель Б.П. Кашеваров. – СПб.: СПб.ГАФК имени П.Ф. Лесгафта. – 34 с.
27. Петров, Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления (Основы режиссуры, технологии, организации и методики) / Б.Н. Петров. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 325 с.
28. Петров, П.К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные иботы / П.К.Петров. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 112 с. – ISBN 5-7029-0376-5.
29. Плеханова, М.Э. Эстетические аспекты спортивно-технического мастерства в сложнокоординационных видах спорта (художественная, спортивная, эстетическая, аэробическая гимнастика) (теоретические и методические аспекты) / М.Э. Плеханова. – М.: Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта, 2006. – 170 с.
30. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общая теория и её практические приложения / В.Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004 с. – 808 с. :ил. – ISBN 966-7133-64-8.
31. Попова, Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике / Е.Г. Попова. – М.: Тера-Спорт, 2000. – 72 с.
32. Правила соревнований по акробатическому рок-н-роллу. Издание 6. Федерация акробатического рок-н-ролла России. – 54 с.
33. Правила соревнований по прыжкам на батуте, акробатической дорожке и двойному минитрампу. 2009-2012 г.г. Международная федерация гимнастики. – 99 с.
34. Распопова, Е.А. Прыжки в воду : учеб. для вузов физ. культуры / Е.А. Распопова. – М. : Изд-во «Физкультура, образование и наука», 2000. – 304 с. – ISBN 5-890022-093-4.
35. Руденко, Л.К. Возникновение, развитие и современное состояние спортивной аэробики // Гимнастика / Сб. науч. тр.; вып. 2.; под ред. Р.Н. Терёхиной, Н.Н. Венгеровой, Л.В. Люйк. – СПб., 2004. – С. 99 – 104.
36. Руденко, Л.К. Классификация упражнений в спортивной аэробике / Л.К. Руденко / Вестник Балтийской Педагогической Академии. Вып. 57 // Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные, психологические проблемы; под ред. А.Г. Левицкого – 2004. – С. 240 – 243.
37. Руденко, С.А. Использование метода «проговаривания» при обучении детей 4-7 лет на начальном этапе подготовки в спортивных видах акробатики и гимнастики / С.А. Руденко, Л.К.

Руденко // Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы / Сб. науч. тр.; под ред. И.П. Волкова, Д.Н. Давиденко, А.Г. Ливицкого. – СПб.: БПА, 2006. – С. 122-128.
38. Руденко, С.А. Характеристика понятия «равновесие тела человека» / С.А. Руденко // Проблемы педагогической деятельности в физической культуре и спорте и пути их решения в физкультурном образовании: Сб. науч. тр.; вып. 2 / Под науч. ред. М.В. Прохоровой, А.Г. Семёнова. – СПб., 2000. – С. 84 – 87.
39. Руденко, С.А. Обучение элементам, связанным с вращением вокруг продольной оси тела в спортивной аэробике / С.А. Руденко, Л.К. Руденко // Вестник Балтийской Педагогической Академии. Вып. 57 / Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные, психологические проблемы; под ред. А.Г. Левицкого – 2004. – С. 243 – 247.
40. Руденко, С.А.. Характеристика этапов спортивной подготовки в аэробной гимнастике / С.А. Руденко, Л.К. Руденко // Теория и практика управления образованием и учебным процессом: педагогические, социальные и психологические проблемы / Сб. науч. тр.; под ред. И.П. Волкова, Д.Н. Давиденко, А.Г. Ливицкого. – СПб.: БПА, 2006. – С. 128-133.
41. Свод правил. Спортивная акробатика.. 2008 – 2012 г.г. ФИЖ.
42. Селуянов, В.Н. Определение одарённостей и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 112 с. – ISBN 5-8134-0023-0.
43. Сергиенко, Л.П. Основы спортивной генетики : учеб. пособие / Л.П. Сергиенко. – Киев : Вища школа, 2004. – 631 с. : ил. – ISBN 966-642-229-8.
44. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология : учеб. для студ. пед. вузов / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевщиков. – М. : Изд. центр «Академия», 2000. – 232 с. – ISBN 5-7695-0570-2.
45. Солодянников, В.А. Гимнастика (базовые виды физической культуры и методика преподавания): Учебно-методическое пособие / В.А. Сололянников. – СПб.: СПб.ГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2002. – 84 с.
46. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – М. : Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2001. – 520 с. : ил. – ISBN 5-93127-113-9.
50. Сомкин, А.А. Спортивная аэробика. Классификация упражнений и основные компоненты подготовки высококвалифицированных спортсменов : монография / А.А. Сомкин ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2001. – 222 с. – ISBN 5-86708-248-2.
51. Сомкин, А.А. Техническое оснащение специализированного зала для занятий спортивной аэробикой : учеб. пособие / А.А. Сомкин. – СПб. : [б.и.], 2001. – 39 с. – ISBN 5-86708-249-0.
2. Теория и методика физической культуры : учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – М., 2003. – Гл. 5. – С. 58-82.
52. Ткачук, М.Г. Спортивная морфология : учеб. пособие / М.Г. Ткачук ; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб. : [б.и.], 2003. – 74 с. – ISBN 5-7065-0485-7.
53. Томилов, В.Н. Принцип формирования рациональных двигательных действий в спорте / В.Н. Томилов ; С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., Самара : ООО «Офорт», 2007. – 115 с. : ил. – ISBN 978-5-473-00277-5.
54. Федюнин, И.В. Тройное сальто XX века / И.В. Федюнин, И.А. Иванова. – СПб. : Изд-во «АЙЮ», 2001. – 100 с.
55. Фирилева, Ж.Е. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей : учеб.-метод. пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений / Ж.Е. Фирилева, Сайкина Е.Г. – СПб. : Детство-пресс, 2001. – 352 с. : ил. – ISBN 5-89814-068-9.
56. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов , В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр « Академия», 2000.- 480 с.
57. Шипилина И.А. Хореография в спорте / И.А. Шипилина // Серия «Образовательные технологии в массовом и олимпийском спорте». – Р н/Д.: «Феникс», 2004. – 224 с.

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СИТИ «ИНТЕРНЕТ»

ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕ-

ТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (link is external)
- Библиотека международной спортивной информации: http://bmsi.ru/ (link is external)
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (link is external)
- Международная ассоциация спортивной информации http://www.iasi.org/ (link is external)
- Международные спортивные федерации: http://olympic.org/uk/organisation/if/index_uk.asp (link is external)
- Международный олимпийский комитет http://www.olympic.org/ (link is external)
- Международный паралимпийский комитет http://www.paralympic.org/ (link is external)
- Национальная информационная сеть "Спортивная Россия" http://www.infosport.ru/ (link is external)
- Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации (link is external)
- Официальный сайт Министерства спорта РФ: http://www.minsport.gov.ru/ (link is external)
- Портал дополнительного профессионального образования (link is external)
- Российский олимпийский комитет http://www.olympic.ru (link is external)
- СПС Консультант+ http://www.consultant.ru/ (link is external)
- Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ (link is external)
- Федеральное агентство по образованию (Рособразование) (link is external)
- Федеральный образовательный портал "Информационно-коммуникационные технологии в образовании" (link is external)
- Федеральный портал "Российское образование" (link is external)
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru (link is external)
- Справочная правовая система «Консультант плюс» http://www.consultant.ru (link is external)
- Справочная правовая система «Гарант» http://www.garant.ru (link is external)
- Теория и практика физической культуры http://www.teoriya.ru/ru (link is external)

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины осуществляется по следующим формам: *лекции, практические или семинарские занятия и самостоятельная работа* студента.

Важным условием для освоения дисциплины в процессе занятий является ведение конспектов, освоение и осмысление терминологии изучаемой дисциплины. Материалы лекционных занятий следует своевременно подкреплять проработкой соответствующих разделов в учебниках, учебных пособиях, научных статьях и монографиях, в соответствии со списком основной и дополнительной литературы. Дополнительная проработка изучаемого материала проводится во время *семинарских, практических занятий*, в ходе которых анализируется и закрепляется основные знания, полученные по дисциплине.

При подготовке к семинарским занятиям следует использовать основную и дополнительную литературу из представленного списка. На семинарских занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике семинарских занятий.

В рамках изучения учебных дисциплин необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет.

Целями самостоятельной работой студента является:

- ✓ систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- ✓ углубление и расширение теоретических знаний;
- ✓ формирование умения использовать справочную литературу;
- ✓ формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- ✓ развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, в соответствии с технологической картой дисциплины и может содержать в себе следующее задания:

- ✓ изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);

- ✓ выполнение контрольных работ, курсовых работ;
- ✓ работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet (использование аудио- и видеозаписи);
- ✓ составление схем, таблиц, для систематизации учебного материала;
- ✓ выполнение тестовых заданий;
- ✓ решение задач;
- ✓ подготовка презентаций;
- ✓ ответы на контрольные вопросы;
- ✓ аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- ✓ написание эссе, тезисов, докладов, рефератов, конспектов занятий;
- ✓ работа с компьютерными программами;
- ✓ подготовка к экзамену;
- ✓ подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, деловые игры);
- ✓ анализ деловых ситуаций (мини-кейсов) и др.
- ✓ участие в Интернет – конференциях.

Необходимым условием формирования компетенций является посещение практических занятий, на которых студент во время учебной практики, самостоятельной подготовки к практическим занятиям, интерактивных занятий расширяет знания о теории и методике избранного вида спорта.

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта (спортивные виды акробатики)» необходимы:

- гимнастический зал, оборудованный акробатической дорожкой, гимнастическим ковром (помостом для выступлений акробатических пар и групп), батутом, двойным минитрампом, поролоновой ямой и гимнастическими матами, различной конструкции подвесными страховочными системами;
- гимнастические снаряды (включая гимнастические стенки и скамейки) и инвентарь (к примеру, стоялки, степ-платформы и др.);
- зал хореографии (с зеркалами и станком);
- аудио-, видеооборудование, DVD-проигрыватель, цифровая видеокамера, проектор и экран, компьютер с доступом в сеть «Интернет», телевизор, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, музыкальных произведений и другого учебного материала.
- учебная аудитория с необходимым оборудованием и инвентарём (к примеру, мультимедийным оборудованием, ноутбукам (с необходимым программным обеспечением, в том числе для записи и редактирования аудио и видео материалов, компоновки, ускорения и замедления музыкальных произведений, проектор, экран); компьютер с доступом в сеть «Интернет», видеомагнитофон, телевизор, DVD-проигрыватель, видеокассеты (VHS) и компакт-диски с видеозаписями соревнований, музыкальных произведений и другого учебного материала, музыкальный центр (магнитофон) с возможностью записи и перезаписи музыкального материала, цифровая видеокамера.