

Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Характеристика гимнастики как одного из средств и методов физического воспитания.
2. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
3. Характеристика образовательно-развивающих видов гимнастики.
4. Характеристика спортивных видов гимнастики. Новые направления спортивных видов гимнастики.
5. Классификация и специфические особенности гимнастических упражнений.
6. Гимнастика как учебно-педагогическая и научная дисциплина.
7. Причины возникновения и характеристика систем гимнастики в Европе в XVIII и первой половине XIX века (немецкая, шведская, французская).
8. Характеристика и причины возникновения Сокольской системы гимнастики, ее влияние на развитие гимнастики в России.
9. Особенности развития системы гимнастики в России. Вклад П.Ф. Лесгафта в ее создание.
10. Развитие гимнастики в советский период (до 1952 г.).
11. Развитие гимнастики в советский период (до 1991 г.).
12. Развитие гимнастики в России (с 1991 года по настоящее время).
13. Советские и Российские гимнасты на международной арене.
14. Современные тенденции развития гимнастики.
15. Задачи и содержание гимнастики в школьных программах по физической культуре.
16. Урок как основная форма занятий по гимнастике в школе. Структура, разновидности, типы уроков и общие требования к ним.
17. Задачи, средства и методы проведения подготовительной части урока по гимнастике.
18. Педагогический принцип подбора упражнений и способы их проведения (обычный, расчлененный, поточный, проходной, по рассказу, по показу) в подготовительной части урока.
19. Задачи, средства и методы проведения основной части урока по гимнастике.
20. Принцип подбора упражнений, методы их проведения и дозирования нагрузки в основной части урока по гимнастике.
21. Задачи, средства, методы проведения заключительной части урока по гимнастике.
22. Плотность урока по гимнастике (моторная, педагогическая), способы ее повышения.
23. План-конспект урока по гимнастике и требования к его составлению.
24. Оценка успеваемости в ходе урока по гимнастике, ее образовательно-воспитательное значение.
25. Правила гимнастической терминологии (способы образования и правила применения терминов, правила сокращения).
26. Основные термины обще развивающих, вольных упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
27. Правила и форма записи обще развивающих, акробатических и вольных упражнений.
28. Правила и форма записи упражнений на снарядах.
29. Терминология упражнений с предметами (гимнастическая палка, гантели, набивные мячи).
30. Виды спортивной подготовки гимнастов и их характеристика.
31. Этапы подготовки юных гимнастов: отбор и начальная подготовка, спортивное совершенствование, высшее мастерство; их характеристика.
32. Ведущие способности гимнастов и способы их изучения.

33. Развитие способностей гимнастов в ходе учебно-тренировочных занятий, спортивных соревнований и во внеурочное время.
34. Дифференцированный и индивидуальный подход к занимающимся гимнастикой в процессе их спортивной подготовки.
35. Методы педагогического контроля в гимнастике.
36. Причины возникновения травм на занятиях по гимнастике и способы их предупреждения.
37. Виды страховки и помощи; самостраховка. Их роль в предупреждении травм и успешности овладения упражнениями.
38. Типичные травмы на занятиях по гимнастике и правила оказания первой помощи. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Основные требования, предъявляемые к страхующему. Особенности страховки в видах гимнастического многоборья.
39. Воспитательная работа педагога с гимнастами в ходе учебно-тренировочных занятий, спортивных выступлений, соревнований и в повседневном общении.
40. Особенности формирования двигательных навыков в гимнастике.
41. Реализация принципов дидактики при обучении гимнастическим упражнениям.
42. Методы, приемы и условия успешного обучения гимнастическим упражнениям.
43. Создание представления о разучиваемом упражнении (терминологически правильное название, показ, объяснение техники, опробование).
44. Разучивание упражнения (уточнение представления об упражнении, устранение ошибок).
45. Методические приемы, направленные на закрепление и совершенствование техники изучаемого упражнения.
46. Содержание основных документов планирования учебно-тренировочного процесса (программа, учебный план, развернутый учебный план, рабочая программа, конспект).
47. Виды учета, используемые в учебно-тренировочном процессе по гимнастике, их содержание и назначение.
48. Определение понятия «техника гимнастических упражнений» и общие закономерности лежащие в ее основе. Общие правила анализа техники гимнастических упражнений.
49. Характеристика статических упражнений (поз), устойчивого, неустойчивого, безразличного и ограниченно устойчивого видов равновесия. Трудность сохранения равновесия тела с точки зрения законов механики. Анализ техники равновесия на одной ноге и методика обучения.
50. Характеристика динамических упражнений. Внутренние и внешние силы, взаимодействующие при перемещении тела и его звеньев. Тело человека как многозвенная система.
51. Характеристика силовых упражнений в гимнастике. Режим работы мышц.
52. Педагогическое и агитационное значение соревнований по гимнастике.
53. Содержание основных документов соревнований по гимнастике (программа, положение о соревнованиях, заявка, график соревнований, судейские протоколы, итоговый отчет).
54. Значение правил соревнований по гимнастике (единая система оценки выполнения упражнений, единые требования для гимнастов любого возраста и подготовленности, тренеров и судей, получение объективной оценки; знание правил соревнований занимающимися и тренерами).
55. Характеристика видов соревнований по гимнастике. Особенности проведения массовых форм соревнований.

56. Порядок выступления участников и команд в квалификационных, командных, лично-командных и личных соревнованиях. Определение победителей личного и командного первенства. Понятие о разрядном и уравнительном коэффициенте.
57. Состав судейской коллегии соревнований по гимнастике. Их права и обязанности.
58. Методика и техника судейства соревнований по гимнастике. Система выведения оценки.
59. Организация и методика подготовки гимнастического праздника.
60. Задачи, средства, методы и формы организации занятий по гимнастике в дошкольных учреждениях.
61. Характеристика и классификация акробатических упражнений.
62. Характеристика и классификация обще развивающих упражнений без предмета.
63. Характеристика и классификация обще развивающих упражнений на гимнастической стенке.
64. Характеристика и классификация обще развивающих упражнений на гимнастической скамейке.
65. Характеристика и классификация упражнений в метании. Школа мяча П.Ф. Лесгафта.
66. Характеристика и классификация простых прыжков.
67. Строевые упражнения (характеристика, классификация). Различные способы передвижения.
68. Характеристика и классификация опорных прыжков.
69. Упражнения вдвоем и в сопротивлении (назначение, особенности проведения).
70. Задачи научной работы по гимнастике.
71. Характеристика гимнастических снарядов, подсобного инвентаря и оборудования гимнастических залов и площадок.
72. Обще развивающие упражнения с предметами (гимнастические палки, гантели, набивные мячи, скакалки, обручи и др.), их характеристика и особенности проведения занятий.
73. Упражнения на брусках (низкие, средние) их характеристика и классификация.
74. Упражнения на брусках разной высоты, их характеристика и классификация.
75. Упражнения на перекладине (низкая, высокая), их характеристика и классификация.
76. Упражнения в равновесии, их характеристика и классификация.
77. Упражнения в лазании (характеристика и классификация).
78. Упражнения на бревне, их характеристика и классификация.
79. Прикладные упражнения (виды, назначение, общая характеристика).

Учебно-методическое обеспечение дисциплины «Теория и методика обучения гимнастике».

1. Гимнастика: Учеб. для высш. пед. учебн. заведений / М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич; М.: Издательский центр «Академия», 2008.
2. Гимнастика: Г.С. Решетников – М. Физическая культура и спорт, 1986.
3. Гимнастика: М.Л. Укран, – М.Физическая культура и спорт – 1977.
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. - М.: ГУМАНИТ, изд. Центр «ВЛАДОС», 2000. А.Т.

5. Брыкин В.К., 1969, Гимнастическая терминология.